மங்கையர் மலர்



MANGAYAR MALAR செப்டெம்பர் 2002 விலை ரூ. 15



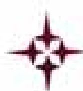
Neck-deep in necklaces!

The exclusive necklace section at Prince.

A stunning array of necklaces, chokers and long chains beckons you at Prince Jewellery's exclusive necklace section. Choose from an impressive range crafted in 916 gold. And get ready to pamper your neck.

rubecon

AT CHENNAI: PANAGAL PARK, TEL.: 436 3137 &
G-15A, SPENCER PLAZA, PHASE-I, TEL.: 855 5817



PRINCE
JEWELLERY

• 0% EMI schemes available for purchase on citibank credit cards. Conditions apply. • Request for a free catalogue for the latest range of jewellery.



'அம்மா'வென அகமகிழ்ந்தேன்!

மங்கையர் மலர்

மினி தொடர்கதை

உற்சாகத் தொடர்கள்

தொடரும் தொடர்கள்

மலர் : 22
இதழ் : 8
செப்டெம்பர் 2002

இன்டர்நெட் முகவரி : http://www.mangayarmalarmonthly.com

புதிய ஈ மெயில் முகவரிகள் :

எடிடோரியல் : mangayarmalar@kalkiweekly.com சந்தா : subscription@kalkiweekly.com
பிற தகவல்கள் : info@kalkiweekly.com

கல்கி

1.9.2002 இதழில்...



சென்னை பஜாரில் சூதாடிச்சித்தன்!

- ஒரு கலக்கல் ரிப்போர்ட்

தமிழ், தெலுங்கு, மலையாளம், இந்தி, மராட்டி!

- அடடா செய்திகள்



ஷிவாணி!

- ப்ளாஷ்பேக் செய்திகள்!

இப்போது விற்பனையில்...

புதிய பகுதி

மருத்துவம்

கதைகள் சொல்லும் பாடம்

செய்து பாருங்கள்

கட்டுரை

மஞ்சுளா ரமேஷின்...

அடுத்த இதழ் அறிவிப்பு பக்கம் 13

ARTHRITIS - மூட்டுவலி, ASTHMA - ஆஸ்துமா

ASTHMA - ஆஸ்துமா **1. Dyspnea** (மூச்சுத் திணறல்) **2. Respiratory difficulties** (மேல்மூச்சு வாங்குதல்) **3. Dry cough** (வறட்டு இருமல்) **4. Cough with sputum** (சளியுடன் கூடிய இருமல்) **5. Running Nose** (மூக்கில் நீர் வழிதல்) **6. Nasal Block** (மூக்கடைப்பு)

தற்போது, ஆஸ்துமா வியாதிக்கும் இயற்கை வைத்திய முறையில் மிக நல்ல விதமாக பக்கவிளைவுகள் இல்லாமல் சிகிச்சை அளிக்கின்றோம் என்பதையும் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.

Dear Doctor,

What a delight it was to have undergone treatment at the "ADYAR NATURE CURE CENTRE" for my STUBBORN low back pain from which I have been suffering for the past 6 years! My age is 80. I have been doing Yoga-Asanas for the past 65 years and also playing tennis. The treatment given to me gave me un-believable and miraculous relief in such a short period of 4 days. Six-years old malady cured in 4 days! Incredible? BUT IT IS TRUE. I heartily congratulate the Highly-Innovative Director of the Center, Dr. S. Purushothaman for so thoughtfully drawing up a plan of Treatment - for the invalids and his able assistants for implementing the treatment so efficiently and cheerfully. I wish the Center All Success.

V. Lakshmi Narasimhan, *Rtd., Station Director, All India Radio*
'Sri Ram Nivas', 106, P.M. Swamy Colony, Coimbatore - 2.

1. Osteo Arthritis, 2. Rheumatoid Arthritis, 3. Ankylosing Spondylitis, 4. Gout

* கை, கால்களில் மூட்டு வீக்கமும், வலியும். * கை, கால் விரல் மூட்டுகளில் வீக்கமும் வலியும். * கழுத்து வலி (Cervical Spondylitis) * நடுமுதுகின் கீழ்பகுதியில் வலி (Lumbar vertebra and Sacral Joint area) * இடுப்பு எலும்பும் (Pelvic Bone) தொடை எலும்பு தலையும் (Femoral Head) சேருமிடம். * குதிகால் இணைப்புகளில் வலி. * குதிகால்களில் எலும்பு வளர்ந்து நடக்க முடியாமல் வலி. (Calcaneal Spur) முதலியவை பல ஆண்டுகளாக இருந்தாலும் ஆங்கில மருத்துவருடைய ஆலோசனையின்படி வித்தியாசமான இயற்கை வைத்திய முறையில், பக்கவிளைவுகள் இல்லாமல் நலம்பெற செய்கின் றோம்.

சென்னை, பம்பாய், டெல்லி மற்றும் அமெரிக்கா, ஜெர்மன், மலேசியா, ஸ்ரீலங்கா, சிங்கப்பூர், ஜாம்பியா, அரபு நாடுகளில் இருந்தும், தாங்கமுடியாத மூட்டுவலியுடனும், வீக்கத்துடனும் தசை பிடிப்புடன் நடக்க முடியாமல் சிரமப்பட்ட வர்களும், காலையில் படுக்கையை விட்டு எழுந்திருக்க முடியாமல் சிரமப்பட்டவர்களும், எங்களிடம் நல்ல விதமாக சிகிச்சை பெற்று மகிழ்ச்சியுடன் சென்று இருக்கின்றார்கள். மற்ற விபரங்களுக்கு நேரில் வந்து பார்த்தால்தான் நாங்கள் கொடுக்கும் சிகிச்சையின் தன்மை புரியும்.

DIABETES - சர்க்கரை வியாதி மற்றும் இதர வியாதிகளுக்கும் ஆயுர்வேத சித்தமருத்துவ சிகிச்சைகள் அளிக்கப்படும்.



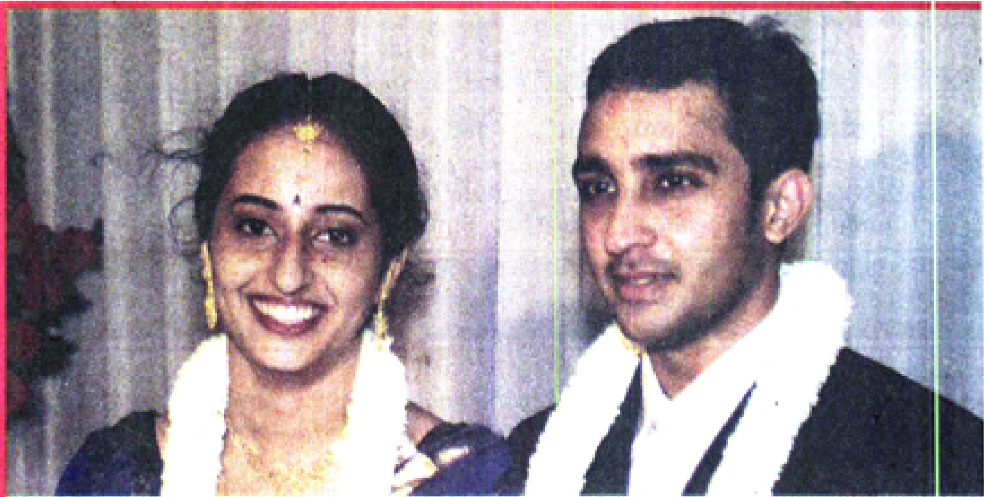
அடையார் நேச்சர் கியூர் சென்டர்



ADYAR NATURE CURE CENTER (Reg.No.10/40)

No. 6, SECOND CROSS STREET, KASTURBHA NAGAR, ADYAR, CHENNAI - 20.
Phone:4413399, 4402470. Tele Fax: 044-4916650 (காந்திநகர் பஸ்டெப்போ எதிரில்)
www.adyarnaturecure.com ❖ E-mail: adyarnaturecure@yahoo.com, dr_spnaidu@yahoo.com.

குறிப்பு: எங்கள் ஆஸ்பத்திரியில் சாதாரண மற்றும் A/C ரூம்கள் கிடைக்கும். முன்பதிவு அவசியம். பிராமணர்களால் தயார் செய்யப்பட்ட சைவ உணவு வசதி மட்டும் உண்டு. வியாதியஸ்தர்களுக்கு தேவைப்பட்ட மாற்று உணவுகளும் வழங்கப்படும் என்பதையும் அறியவும்.



சென்னை ஸ்ரீமதி ராதா கிருஷ்ணமூர்த்தி & ஸ்ரீ V. கிருஷ்ணமூர்த்தி அவர்களின் குமாரன்

சிரஞ்சீவி : சங்கருக்கும் செள : தக்க்ஷணாவுக்கும்

(Daughter of Smt. and Shri. G. Nagaraj, Mumbai)

சமீபத்தில் (7.7.2002) சென்னையில் திருமணம் மிகச் சிறப்பாக நடந்தேறியது. காலையில் நடந்த திருமணத்திற்கும் மாலையில் நடந்த வரவேற்பிற்கும் ஏராளமான பிரமுகர்களும், உறவினர்களும், நண்பர்களும், பெரியோர்களும் வந்திருந்து வாழ்த்தினர்.

வாழ்க மணமக்கள்!

இன்னுமா இந்த நிலை?

இன்னமும் இந்தப் பிரச்னை, அவலம் கொஞ்சம் கூட குறையவில்லையே என மன வேதனைப்பட வைப்பது ஈவ்-டீசிங் பிரச்னை. எந்தக் காலத்தில் இருக்கிறோம் நாம்! எவ்வளவு விஞ்ஞான முன்னேற்றங்கள்! எத்தனை விதமான கல்வி, தொழில் பற்றிய பிரச்னைகள்!

எல்லாவற்றையும் விட்டு விட்டு இன்னும் ஒரு பெண்ணைப் பார்த்துக் கேலி செய்வதும்; பாட்டுப் பாடுவதும்– இந்த இளைஞர்களின் கண்கள் இன்னும் திறக்கவில்லையா? தமிழ்நாட்டின் கோடியாம் கன்யாகுமரியிலிருந்து தலைநகர் சென்னை வரை இதே அவலம்தானா? எத்தனை கேவலம்!

உலகம் முழுக்க பொருளாதார வீழ்ச்சி, வேலை அமையாமல் தத்தளிப்பு, எத்தனை படித்திருந்தாலும் போதிய ஊதியம் பெற முடியாத நிலை. இன்னும் எவ்வளவோ! இதையெல்லாம் விட்டு விட்டு விசிலடிச்சான் பேர்வழிகளாக இளைஞர்களில் சிலர் இருக்கிறார்கள் என்று சொன்னால் இந்தச் சமுதாயத்தில் கோளாறு இருக்கிறது என்றுதான் சொல்ல வேண்டும்.



இளைஞனின் சக்தியை ஆக்கரீதியாக உபயோகப்படுத்தாமல் இருப்பதும், கல்லூரிகளிலே கல்வி பயில வேண்டும் என்ற உளமார்ந்த ஆவல் கொண்டவர்களுக்கு உரிய இடங்கள் கிடைக்காமல் போவதும், விட்டு ஹாலில் இருந்து குட்டிச்சுவர் வரை பெண்ணை உடல்ரீதியாக வியாபாரப் பொருளாக்கும் கேவலப் போக்கு இருப்பதும்... இன்னும் எத்தனையோ! நம்முடைய சமுதாயமே கீழ்த்தரமான உணர்வுகளைக் கிளறிவிடும் விலங்கு உணர்வுகளிலே புரண்டு சுகம் காணும் போது இளைஞர்களுக்கு மட்டும் எங்கிருந்து உயர்சிந்தனைகள் அமையும்?

பெண் குழந்தைகளை எத்தனை உயர்சிந்தனைகளோடு வளர்க்கிறோம்? கலை, கலாசாரம்... பேஷ் பேஷ்... குறைந்தபட்சம் கொஞ்ச நாள் பாட்டு கிளாஸுக்காவது அனுப்புகிறோம். பொத்திப் பொத்தி வளர்க்கிறோம். என்ன படிக்க விரும்பினாலும் மறுக்காமல் அனுப்புகிறோம்.

இப்படி உயர் சிந்தனைகளோடு பள்ளிகளிலே வளரும் குழந்தைகள் வெளியுலகம் வரும் போது அவர்களுக்கு அதிர்ச்சிதானே காத்திருக்கிறது?

'நீ என்ன படித்திருந்தாலும், எத்தனை கொள்கை கோட்பாடு வைத்திருந்தாலும் பெண்தானே. எனக்கு முதலில் கண்ணில் படுவது உன் உடம்புதானே தவிர அறிவொளி வீசும் உன் முகமோ, சிந்தனையை வெளிப்படுத்தும் கண்களோ



மஞ்சுளா ரமேஷ்

இல்லை. உடம்பு... உடம்பு...!

அதற்குத்தான் எத்தனை எத்தனை விளம்பரங்கள்... பொறுப்பற்ற சினிமாக்காரர்கள் போடும் ஆட்டம்தான் எத்தனை? இனி வெளிப்படுத்த ஒன்றுமேயில்லை என்கின்ற அளவிற்கு அத்தனை கேவலமாகப் பெண்களின் உறுப்புகளை வெளிப்படுத்துகிறார்கள். இன்னும் மற்ற மீடியாக்களிலும் இதே கதைதான். பெண்ணுக்கு இரக்கப்படுவது போல முதலைக் கண்ணீர் வடித்து, அதிலேயே கவர்ச்சிகரமான கோணத்தில் கண்ணீர் சிந்தும் ஒரு பெண். இப்படித்தான் போகிறது இன்றைய நிலைமை.

இதையெல்லாம் எங்கே திரும்பினாலும் பார்க்க நேருகின்ற ஆண்களுக்குப் பெண்ணை சக மனுஷியாக எங்கே பார்க்கத் தோன்றும்? பிறகுதானே மதிப்பதற்கு?

இது நம்முடைய சமூக கலாசார பண்பாட்டிற்கே கேவலம் என்பது யாருக்குமே புரியவில்லை. எத்தனை அழுகிப் போன உணர்வுகள் இதற்குள் நாற்றமெடுக்கின்றன என்பதை உணரவில்லை. நவீன விஞ்ஞானயுகத்திலே ஆணும் பெண்ணும் நல்ல நண்பர்களாகப் பழகியாக வேண்டிய கட்டாய சூழ்நிலை... அடுத்தடுத்து அமர்ந்து வேலை செய்ய வேண்டியவர்கள்...

தன் முன் இருக்கும் பொறுப்பை உணராமல் அடுத்த சீட்டில் இருக்கும் பெண்ணின் இடையை ஆராய்ந்து கொண்டிருப்பவன் வாழ்க்கையில் எப்படி உருப்படுவான்? இது என்ன அசிங்கம்? இதன் பெரும் வருங்கால பாதிப்பை ஏன் யாருமே பெரிய அளவில் எடுத்துக் கொள்ளவில்லை? உண்மையாகவே கல்லூரி இளைஞர்கள்தான் இதற்குப் பொறுப்பா? இல்லை அந்தப் போர்வையில் நடமாடும் காமுகப் பேய்கள் செய்யும் அராஜகமா இது? கொஞ்சம் கூட தயவு தாட்சண்யம் இல்லாமல் கடும் தண்டனைகளைக் கொடுத்துத் திருத்த வேண்டிய குற்றம் அல்லவா இது?

பெண் குழந்தைகளையுமே நாம் தைரியம் சொல்லி வளர்க்க வேண்டிய நிலையில் இருக்கிறோம். 'டீன் ஏஜ்' எனப்படும் அருமையான கனவுகள் மலரும் காலகட்டத்திலே இதுபோன்ற மன அதிர்ச்சிக்கு ஆளாகும் போது பெண்களின் பிற்கால வாழ்க்கையிலே எத்தனையோ பாதிப்புகளை இவை ஏற்படுத்தும். இவை ஒரு பெண்ணான நமது தமிழக முதல்வரும் உணர்வார் என்பதில் ஐயமில்லை. எனவே, தமிழக முதல்வருக்கு ஒரு வேண்டுகோள் -

இனி, பெண்களுக்குத் 'தற்காப்புக் கலை'யைப் பள்ளிகளிலே கட்டாயமாக்க வேண்டும். அவர்கள் பாடங்கள் படிப்பதுடன் தங்களைத்

தாங்களே காத்துக் கொள்வதற்கான கலைகளைப் பயிலுவதிலே தவறில்லை. இதனைத் தமிழக முதல்வர் அறிவிப்பாரேயானால் எதிர்காலத்திலாவது இக்கொடிய தீமையை ஒழிக்கலாம்.

பெண்கள் அறிவுத்திறன் மிக்கவர்களாக, பல்வேறு ஆற்றல் மிக்கவர்களாக இருந்தால் மட்டும் போதாது. இனி தன்னை உடல்ரீதியாகக் கேவலமாகப் பார்க்கும் காமுகர்களிடம் இருந்து தங்களைப் பாதுகாத்துக் கொள்பவர்களாகவும் மாற வேண்டும்.

முன்பெல்லாம் 'நீதிபோதனை வகுப்பு' என்று ஒன்று இருக்கும். அதில் பல நல்ல விஷயங்களை, கதைகளைச் சொல்வார்கள். அதெல்லாம் இப்போது வேஸ்ட் என்று எடுத்து விட்டார்கள். ஆனால் தற்காப்புக் கலை பயிலும் மாணவிகளுக்கு இப்படிப்பட்ட வகுப்புகளும் தேவை. அவர்களுக்குத் தியானம், யோகா போன்ற கலைகளையும் கற்றுத் தரவேண்டும்.

இதனால் பெண்கள் நிதானம் தவறாதவர்களாக, பிரச்னை என்று வந்தால் பதறாதவர்களாக, வாழ்க்கையை நல்ல முறையில் எதிர்கொள்ளும் வல்லமை உடையவர்களாக வளர நல்ல வாய்ப்புகள் ஏற்படும். பண்பட்ட அதே சமயம் தேவையில்லாமல் பயப்படாத பெண்ணாக வளருவதற்கு இந்தப் பயிற்சிகள் நல்ல முறையில் உதவும்.

இப்படிப்பட்ட பெண்களைக் கண்டால் கோழைகள் அஞ்சி ஒதுங்குவார்கள். அவளை உடலாகப் பார்க்கும் தன்மை ஒழியும்.

பெண்களுக்குத் தனிப்பட்ட முறையில் வீடுகளில் தாய்மார்கள் தைரியத்தைச் சொல்லிக் கொடுக்கலாம். தற்காப்புக் கலை வகுப்புக்கு அனுப்பலாம். ஆனால் ஆரம்பப் பள்ளியிலிருந்தே கட்டாயப் பாடமாகி விடுமேயானால் பெண்களின் எதிர்காலமே இத்தகைய கேவலங்களுக்கு ஆட்படாமல் போகும்.

தன்னைப் பாதுகாத்துக் கொள்ளவும் தெரிய வேண்டும். அதே சமயம் அதை முறைகேடாக பயன்படுத்தாமல் இருக்கின்ற மனப்பக்குவமும் வேண்டும். குடும்பம், உறவுகள் என வரும்போது விட்டுக் கொடுக்கின்ற உயர் சிந்தனைகளும் வர வேண்டும். இதைத் தருவது தியானமும், இறை பக்தியும்தான்.

பெண்ணை உடலாகப் பார்க்காமல் சகதோழியாகப் பார்க்கும் கண்ணோட்டத்தை ஆண்கள் வளர்த்துக் கொள்ளும் காலம் வரவேண்டும். வரவில்லையென்றால் வரவழைக்க வேண்டிய பொறுப்பு அரசாங்கத்திடம் இருக்கிறது.



பால் புட்டியோடு நடன வகுப்பு

என் மகள் திவ்யதா குழந்தையாக இருந்த போது மிகச் சுட்டியாக இருப்பாள். ஒரு வயதிலேயே டீவியில் நடன நிகழ்ச்சி வந்தால், தானும் 'தய்யா' 'தக்க' என்று கூடவே ஆடுவாள். எல்லாக் குழந்தைகள் போல் அவளும் ஆடு கிறாள் என்று நாங்கள் அதைப் பொருட் படுத்தவில்லை. மூன்று வயதில் கோயம்புத் தூரில் ஒரு போட்டியில் நான் கற்றுக் கொடுத்த நடனத்தை ஆடி 'லிட்டில் மிஸ் கோயம்புத்தூர்' பட் டத்தைப் பெற்றாள்.

கோவையில் கலைமாமணி, நடன ஆசிரியர் கே.ஜே. சரசா அவர்கள், மாதம் ஒருமுறை வந்து நடன வகுப்புகள் எடுப்ப தாகத் தெரிந்தவர் ஒருவர் வீட் டிற்கு வந்த போது கூறினார். அவர் போனதும் தன்னை அங்கே அழைத்துச் செல்லும்படி அடம்பிடித்தாள். அப் போது அவளுக்கு 3½ வயது. வேறு வழியில்லா மல் அழைத்துச் சென்றோம்.

எல்லோரும் ஆடுவதைப் பார்த்து அவளுக்கு ஒரே மகிழ்ச்சி. தானும் கற்றுக் கொள்வேன் என அடம் பிடித்தாள். சரஸா அவர் களி டம் கேட்டேன். அவர் நான் கற்றுக் கொள்ள வந் திருக்கிறேன் என்று நினைத்து, "ஆரம்பிக்கலாம்" என்றார். திவ்யதாவிற்கு என்று சொன்னதும், "என் னம்மா இது! பால் புட்டியைக் கையில் வைத் துக் கொண்டு பால் ஊட்டுவதா, நடனம் கற்றுக் கொடுப்பதா?" என்று கேட்டார்.

நான் பதில் சொல்லத் தெரியாமல் வீடு திரும்பினேன். அடுத்த இரு நாட்களுக்குச் சாப் பாடு, தூக்கம் எதுவுமில்லாமல் குழந்தை ஒரே அழுகைதான். உடம்பிற்கு வந்து விடப் போகி றதே என்று பயந்து, மறுபடியும் டீச்சரிடம் சென்று, விவரத்தைக் கூறினேன்.

அவளைச் சமாதானப்படுத்தும் பொருட்டு "சரி ஆடு" என்று கூறினார். சொன்ன மாத்திரத் தில் என் மடியிலிருந்து குதித்து எழுந்தாள். டீச்சர் சொல்லிக் கொடுத்தார். திவ்யதா ஆடினாள். அங்கிருந்த சக மாணவர் களும் அவரது பெற்றோர்களும் அசந்து போனார்கள். ஏன், நானும்தான்! அன்று அவள் ஏழு அடவுகளைக் கற்றுக் கொண்டாள். நடன மாமேதை யான டீச்சரின் கண்களில் நீர் ததும்பியது. "இது ஏதோ தெய்வக் குழந்தை! இவள் இனிமேல் என் மாணவி," என்று கூறினார்.

கே.ஜே. சரசா அவர்கள் மாதத்தில் பத்து நாட்கள் கோவைக்கு வரு வார். நான் திவ்யதா வையும், கைக் குழந்தை ஆக இருந்த என் மகன் கௌதமையும் கூட்டிக் கொண்டு, அவர்களுக்குத் தேவை யான பால், பிஸ்கட், தண் ணீர் ஆகியவற்றைத் தூக்கிக் கொண்டு வகுப்பிற்குச் செல் வேன். என் கணவர் அடிக்கடி வெளிநாடு செல்ல வேண்டி யிருந்ததால் வீட்டுப் பொறுப் பும் என்னுடையதாக இருந்தது.

அந்தக் குழந்தையின் திற மையை அறிந்து, ஊக்குவித்து, நாட்டியத்தை அவளுக்குக் கற்பித்த கலைமாமணி கே.ஜே. சரசா அவர்களைப் போல் ஒரு சிறந்த டீச்சர் கிடைத்தது நாங்கள் செய்த பூர்வ ஜென்ம புண்ணியம் என்றே கூற வேண்டும்.

இப்பொழுது சரசா டீச்சர் கோவைக்கு வருவதில்லை. லீவ் கிடைக்கும் போது திவ்யதா சென்னையில் தங்கி வகுப்பிற்குச் சென்று வருவாள். திவ்யதா இப்பொழுது மெடிகல் காலேஜ் மாணவி. அவள் நடனத்தில் எவ்வளவு சுட்டியோ அவ்வளவு சுட்டி படிப்பிலும்.

இன்றும் திவ்யதா எங்களை மகிழ்ச்சியில் ஆழ்த்தும் குழந்தைதான்!

— ஹேமா அருண்

Team

நீரிலே நிம்மதி!

தூய்மையான, பாதுகாப்பான தண்ணீர்...

உங்கள் வீட்டுத் தொட்டியிலிருந்தே!



Team AQUA clean

WATER PURIFIER

செயல்படும் விதம் : டீம் அக்வா க்ளீன் விசேஷ HSSH ஃபார்முலாவினால் தயாரிக்கப்பட்டது.

✓ துர்நாற்றத்தை அகற்றி தண்ணீரில் நோய் பரப்பும் கிருமிகள் மற்றும் புழு பூச்சிகளை முழுமையாக அழிக்கிறது.

✓ ஆடையில் படிந்து மஞ்சளாக்கும் இரும்பு மற்றும் அழுக்குகளைக் கரைக்கிறது. தொட்டிகளில் பாசி படர்வதைத் தடுக்கிறது.

✓ **சருமத்திற்கு பாதுகாப்பு** : அக்வா க்ளீனால் சுத்தம் செய்யப்பட்ட தண்ணீர் சருமம் மற்றும் கேசத்திற்கும் பாதுகாப்பானது.

✓ **தொட்டி சுத்திகரிப்பு பணி குறைகிறது:** தொடர்ந்து பயன்படுத்தும் போது தண்ணீர் மட்டுமின்றி, தண்ணீர்தொட்டி, குழாய்கள் ஆகியவையும் தூய்மையடைகின்றன

✓ பாசியோ அசுத்தமோ படர்வதில்லை. எனவே ப்ளீச்சிங் உள்ளிட்ட பிற சுத்திகரிப்புப் பணிகள் மிகவும் குறைகிறது

✓ **சிக்கன விலை** : ஒரு லிட்டர் டீம் அக்வா க்ளீன் ரூ. 40 மட்டுமே! நாளொன்றுக்கு தனிநபருக்கு ஒரு சில காசுகள் மட்டுமே செலவாவதால் சிக்கன விலையில் பாதுகாப்பான, தூய்மையான தண்ணீர் உங்களுக்கு!

*Food & Drugs Administration உரிமம் பெற்றது



அக்வா க்ளீனை சம்ப் மற்றும் மேல்நிலை தண்ணீர் தொட்டியில் கலந்திடுங்கள். 1000 லிட்டர் தண்ணீரில் 100 மி.லி. அக்வா க்ளீனை கலந்திடுங்கள். மேலும் விபரங்களுக்கு பாட்டிலில் உள்ள லேபிளைப் பார்க்கவும்.



Mfd. and Mktd. by : ***chemfab alkalis limited***
(An ISO 14001 certified company),
Gnanananda Place, Kalapet, Pondicherry 605 014

• சென்னையில் **நீல்கிரிஸ், ஃபுட்வேர்ல்டு** மற்றும் அனைத்து முக்கியக் கடைகளிலும் கிடைக்கும் • மற்ற நகரங்களிலிருந்து டீலர்கள் விசாரணை வரவேற்கப்படுகிறது • விசாரணைக்கு ஹெல்ப்லைன் : **கெம்ஃபேப் அல்கலீஸ் லிமிடெட், சென்னை.**
போன் : 434 7606, 434 7959, மொபைல் : 98410 03636 / 98410 03638

FIFTH ESTATE : 5114A

சப்தம் கேட்காத மனசு

சமீபத்தில் ஒரு காது, மூக்கு, தொண்டை நிபுணர் தான் கையாண்ட ஒரு நோயாளியைப் பற்றிச் சொன்னபோது எனக்குத் தொண்டை அடைத்தது. இவரைப் போல எத்தனை பெண்களோ இந்த நாட்டில்!

சாதாரணமாக வயிற்று வலி, தலைவலி, கண் வலி இவற்றுக்கு முக்கியத்துவம் தருவதில், பத்தில் ஒரு பங்கு கூட நாங்கள் சிகிச்சை செய்யும் உறுப்புகளுக்குத் தர மாட்டார்கள். 'தொண்டை கரகரப்பாயிருக்கு'; 'காதில் சின்னப்



புண்' என்று குடும்பத்தில் யாராவது சொன்னாலே 'கூல்டிரிங் குடிச்சியா?' 'ஊசியால் நோண்டினாயா?' போன்ற பதில் கேள்வி கேட்டு அடக்கி விடுவார்கள். அதுவும் வயதானவர்களுக்கு இத்தகைய வியாதி வந்தாலே வசதியாக முதுமை மீது 'பழி' சுமத்தி விட்டு மறந்தும் விடுவார்கள். ஏதாவது திடீரென்று 'வெடிப்பது' போல நடந்தால்தான் நிபுணரை நாடுவது வழக்கம்.

அப்படித்தான் நங்கநல்லூர் மாமிக்கு நேர்ந்திருக்க வேண்டும். மாமியின் கணவர்தான் முதலில் ஃபோனில் விஷயத்தைத் தெரிவித்தார். மனைவிக்குக் காதில் புண் மாதிரி ரத்தம் வருவதாகவும், அவ்வப்போது ஒரு பக்கமாகப் படுக்கும் போது தலை லேசாகச் சுற்றுவதாகவும் சொன்னார். வயசான ஆசாமிகள் ஃபோனில் பேசினால் ஆபத்து. நேரம் வீணாகும். சொன்னதையே திருப்பித் திருப்பிச் சொல்லிக் கொண்டிருப்பார்கள். "....அன்று .... மணிக்கு வாருங்கள்" என்று பணிச்சென்று கூறிவிட்டுத் துண்டித்து விட்டேன்.

மாமி வந்தாள். படுக்கச் சொல்லி விட்டு டார்ச் அடித்துப் பார்த்தேன். காதை நன்கு குடைந்ததாலோ என்னவோ சின்னச் சின்ன சேஷ்டையின் விளைவாகப் புண் பெரிதாக இருந்தது. கவனித்தேன். சீழ் கூடத் தெரிந்தது. மாமி பொறுத்திருக்கும் வலியின் வீர்யத்தை உணர முடிந்தது.

"ஒரு வருஷமாகக் காது கூடச் சரியாகக் கேட்பதில்லை" என்றார் கணவர். அழைப்பு மணி ஒலித்தால் உடனே போய்த் திறப்பதில்லையாம். "மருமகன், பேரன் பேத்திகள் டி.வி.யில் மூழ்கி விடுகிறார்களா? என்னைக் கேலி செய்கிறார்கள்" என்றாள் மாமி பேச்சுவாக்கில். மூன்று பெண். மாப்பிள்ளைகள் அனைவரும் அயல்நாட்டில் வசிப்பவர்கள் என்று தெரியவந்தது.

''ஓகே, குணப்படுத்தி விடலாம்''



என்றேன். "தலைசுற்றல் என்றாரே உங்கள் கணவர்? எந்தப் பக்கம்? எத்தனை நாளாக?"

மாமி தெளிவாக விளக்கினாள். ஓரிரண்டு மாதம் முன்புதான் தெரிந்ததாம். கணிப் பொறியை இயக்கப் பெண் மூலம் முயற்சி செய்தாளாம். எதற்காகவோ பக்கவாட்டில் திரும்பும் போது லேசாகத் தலைசுற்றியிருக் கிறது. ஒரு பக்கமாகப் படுக்கும் போது இதே போல் 'உபாதை' தெரிகிறதாம். உள்ளூர் டாக் டரிடம் காண்பித்ததில், "சைனஸ் பிராப்ள மாக இருக்கலாம்" என்று கூறி, மருந்து மாத்திரை எழுதித் தந்திருக்கிறார். (அப் போது மாமிக்கு நல்ல ஜலதோஷம்)

உள்ளூர் டாக்டரின் கணிப்பு சரிதா னென்று உள்ளுணர்வு சொல்லியது; மருந்து சீட்டுகள் மாத்திரை மூலம் ஊகித்தேன். மேலும், பி.பி. டயாபடீஸ், பெண்களுக்கே உரித்தான சில கோளாறுகள் ஏதும் அவ ளுக்குக் கிடை யாது.

வலிக்குப் 'பெய்ன் கில்லர்' எழுதித் தந்தேன். காது கேளாமைக் கும் தலை சுற்ற லுக்கும் சில சோதனைகள் - ஆடியோ மெட்ரி செய்ய வேண்டி யிருக்கலாம் என் றும் கூறினேன்.



மாமியின் கணவர் நடு நடுவே, "எனக்குக் கலிபோர்னியா போகணும். இவளை விட்டு விட்டுப் போகலாமில்லையா?" என்று அரித் துக் கொண்டிருந்தார். அவரை உற்று பார்த் தேன். "நோயாளியைக் குணப்படுத்துவது மட்டும்தான் என் தொழில். தட்ஸ் யுவர் ப்ராப்ளம்" என்றேன் எரிச்சலுடன்.

குறித்த கெடுவுக்குப் பிறகு மாமி ஃபோன் செய்தாள். வலி முற்றுமாக நீங்கி விட்டதென் றும், தலைசுற்றல் மட்டும் ஓரளவு இருக்கிற தென்றும் சொன்னாள். காதும் சரியாகக் கேட்பதில்லையா.. சில சிகிச்சை முறைகள் தேவை. துணைக்குக் கூட யாரையாவது கூட்டி வர வேண்டும் என்பதை வற்புறுத்திச் சொன்னேன்.

மறுமுனையில் தொடர்ந்து நிசப்தம், பொறுமையிழந்து, "யெஸ்" என்றேன்.

"மூத்த பெண், மாப்பிள்ளை வந்திருக்கா... அவரும் பிஸி" என்றாள் தயக்கத்துடன்.

எனக்குக் கோபம் மேலிட்டது. அடக்கிக் கொண்டு, "உங்களுக்கு தலை சுற்றலிருக்கு. இந்த டெஸ்ட் பண்ணினால் 'ஒரு மாதிரி' ஆகும். கண்ணுக்கு 'டயலேட்' செய்த பிறகு தனியே போவது 'ரிஸ்க்'தானே... துணைக்குக் கூட யாராவது வரணும்" என்றேன்.

சொன்ன நாளில் வந்தாள். எட்டி நோக்கி னேன். கூட வந்தவள் பெண் என்று எளிதில் ஊகிக்க முடிந்தது. பெண் முகத்தில் எரிச் சல்... கிளினிக்கில் இருக்கிற கும்பல்... தாமதமாகிறதே என்ற உணர்வோ... என்ன காரணமோ!

அதைப் பொருட்படுத்தாமல், மாமியை உள்ளே படுக்கச் சொன்னேன். இடதுபுறம் ஒருக்களித்துப் படுக்க வைத்தேன். வலது காதில் சிரிஞ்ச் மூலம் குளிர்ந்த நீர் செலுத்தி னேன். ஒன்று, இரண்டு என்று எண்ணச் சொன்னேன். பிறகு இதே போல இடது காதில்... அச் செய்கை களெல்லாம் வரை படத்தில் பதிவு ஆகின. அப்புறம் தலைசுற்றலுக்கு ஒரு சோதனை.

கருவியுடன் இணைந்த ஒயரை நெற்றிப் பொட்டு, காது பின்புறம் இணைத்து, எதிரே பெண்டுலம் போன்ற அசையும் கருவியைப் பொருத்தி, அந்த 'பெண்டுலத் தின் அசைவுக்கு ஏற்பக் கண்களை இடம், வலமாக மாற்றி மாற்றி 'ஓட' விட்டேன். உட் கார்ந்த நிலையில், முகம் அசைக்காது பின்னர் படுத்த நிலையில்.

"தலை நன்றாகச் சுற்றத்தான் செய்யும். டோன்ட் ஒர்ரி" என்று தைரியம் அளித் தேன்.

வெளியே உட்காரச் சொன்னேன். அவசர உணவு மாதிரி உடனே 'முடிவை' எதிர்பார்த்தார்கள் போல. "டெஸ்ட் ரிசல்ட் நாளைக்குத் தெரியும். வாங்கிக் கொள்ளுங் கள். சிகிச்சையைப் பிறகு டிஸைட் பண்ண லாம்."

மாமியின் பெண் முகம் மாறியது. "ஓ காட்... டிக்கெட் போஸ்ட்போன் பண்ண டிராவல் ஏஜென்ஸிக்குப் போகணும். அப்பா

வுக்கு வேற வேலை! அம்மா தனியாத்தான் வரணும்" என்றாள் பாதி முணுமுணுப்பாக வும், பாதி கேட்கும்படியும்.

முப்பது வருட அனுபவத்தில் ஒன்று உணர்ந்திருக்கிறேன். நோயாளியுடன் தொடர்பு கண்டிப்பாக டாக்டர் - பேஷன்ட் உறவுதான். அவர்கள் குடும்பத்தில் நூறு சிக்கல்கள் எழலாம். "நாளைக்கு இந்த மாமி அவசியம் வரணும். முடியுமானால் தனியே வரலாம்... எந்தச் சோதனையுமில்லை"

மாமியும் பெண்ணும் ஏதோ சளசள வென்று பேசிக் கொண்டிருந்தார்கள். எப்படி வருவது... 'கால் டாக்ஸி' ஏற்பாடு செய்ய லாமா... நான் அதில் குறுக்கிடவேயில்லை. மறுநாள் மாமி போன் செய்து, "இரண்டு நாள் பொறுத்து வருகிறேனே டாக்டர்" என்றார்.

அதுவும் எனக்கு வசதியாகத்தானிருந்தது. சோதனையின் 'முடிவு'களைத் தீர்க்கமாக அலசிப் பார்த்த போது, ஆச்சரியம் தாள வில்லை! மாமியின் சில கூற்றுகளுக்கும், சோதனையின் அசலான முடிவுகளுக்கும் இடையே தெரிந்த முரண்பாடு விசித்திர மாகவே இருந்தது. சரி... அவர் நாளை மறு நாள் நேரில் வரப் போகிறாரே? என்ன கேள்வி கேட்பது, எவ்விதம் கேட்பது போன்ற பல விஷயங்களை மனசிலேயே கேள்வி - பதில் ரூபத்தில் சொல்லிப் பார்த் துக் கொண்டேன்.



உருளைக் கிழங்கு போண்டா செய்வது போல, எல்லா காய்கறிகளையும் ஒன்றாக வதக்கி உருட்டி கடலை மாவில் தோய்த்து எண்ணெயில் பொரித்தெடுத்து விஜிடபிள் போண்டா செய்யலாம். சுவையாக இருக்கும். குழந்தைகள் காய்களையும் சாப்பிட ஒரு சந்தர்ப்பம்!

- லக்ஷ்மி ரங்கநாதன்.

அன்றுதான் அது நடந்தது.

மாமி குறிப்பிட்ட தினத்தன்று வந்தாள் தனியாக, நோயாளி அறையில் உட்கார்ந் திருந்தாள். தனியே ஏதோ ஸ்வாமி கவசத்தை உச்சரித்துக் கொண்டிருந்தாள். மாமிக்கு எதிரில் வேறொரு பெண்மணி; அவளுக்குத் தொண்டையில் கோளாறு, சின்னச் கச்சேரி மேடைகளில் செய்திருக்கிறாள். அகாடமி, மதிய கச்சேரிக்கு முயற்சி செய்கிறாள் என்று கேள்விப்பட்டேன்.

நோயாளி அறையைத் தாண்டும் போது தற்செயலாக என் காதில் விழுந்தது. "என் னவோ எனக்கு ஆலாபனை சரியாகச் செய் யத் தெரியாது என்றீர்களே? நீங்களே இப் போது பார்த்தீர்கள். மெதுவாகத்தான் ராகம் முணுமுணுத்தேன். அதோ அந்த அம்மாள் கரெக்டாகக் கண்டுபிடிச்சாள்!"

குப்பென்று வியர்த்துக் கொட்டிக் குளிர் ஜுரம் விட்ட மாதிரியிருந்தது. கரெக்டாக மாமியின் 'நோய்' எனக்குப் புரிந்து விட்டது!

அடுத்து வரும் நோயாளிகளைச் சற்று ஒதுக்கி விட்டு, பாடகியை உள்ளே வர வழைத்தேன். நான் நிதானமாக, "உங்கள் தொண்டையைப் பார்ப்பதற்கு முன், சில கேள்விகள் கேட்கணும்."

"என்னது?" என்றாள் சிறிது திடுக் கிட்டவளாக.

"சரி... நீங்க இப்போ முணுமுணுப்பாகப் பாடினதைச் சரியாக யார் கண்டுபிடிச்சா?"

திரும்பி அடையாளம் காண்பித்தாள். "அந்த மாமிதான் நங்கநல்லூரிலிருந்து வரு கிறார். குந்தலவராளிதான் நன்னாயிருக் குன்னு உடனே சொன்னா. இத்தனைக்கும் மெதுவாத்தான் பாடினேன்!" - சற்று நிறுத்தி, "உங்களுக்குச் சங்கீதத்திலே இன்ட்ரஸ்ட் இருக்கா டாக்டர்?"

பாடகியின் முகத்தில் மகிழ்ச்சி ஜொலித் தது. எனக்கும்தான்! அவசர அவசரமாகப் பாடகியைச் சோதனை செய்து விட்டு, சில மாத்திரைகள் எழுதி அனுப்பி வைத்தேன். நங்கநல்லூர் மாமியை உள்ளே வருமாறு சொன்னேன்.

தயங்கியபடியே உட்கார்ந்தாள், ஏதோ நீதிபதியின் தீர்ப்புக்குக் காத்திருக்கும் குற்ற வாளி போல! நான் 'நீதிபதி' இல்லாவிட்டா லும், அவள் 'குற்றவாளி'தான் என்று வேடிக் கையாக நினைத்துக் கொண்டேன். பின்னே என்னவாம்!

ஒரு நிமிடம். இரண்டு நிமிடம்... ஏதும் சொல்லாது மாமியைக் கூர்ந்துக் கவனித்

மங்கையர் மலர்



தெய்வீகம் பொலியும்

அக்டோபர் 2002

நவராத்திரி இரட்டைச் சிறப்பிதழ்

நவம்பர் 2002

உண்டு மகிழவும்
கண்டு களிக்கவும்...
பரவசத்தைத் தரும்

தீபாவளி

இரட்டைச் சிறப்பிதழ்

தேன். "என்ன டாக்டர்? ஏதாவது சீரியஸா?"

"சீரியஸ்தான். ஆனால் காதில் இல்லை! உங்கள் மனசில். சொல்லுங்கோ. மெதுவா முணுமுணுத்த ராகத்தைக் கண்டுபிடிச்ச உங்களால் 'காலிங்பெல்' ஓசையைக் கேட்க முடியலையா? சின்னப் புண்ணை வேற குடைஞ்சு... ஏன் அது போல் செய்தீர்கள்?" குரலில் கடுமையைக் கொண்டு வந்தேன்.

அவ்வளவுதான்; இரு கைகளாலும் முகத்தைப் பொத்திக் கொண்டு விசித்து விசித்து அழுதாள். "பெண், மாப்பிள்ளை, பேரக் குழந்தைகள் யாருமே என்னை மதிப்பது இல்லை! எல்லாம் கணவராலேதான். இங்கிலீஸ் சரியாகப் பேசத் தெரியலையாம். கணிப்பொறியில் ஏ, பி, ஸி தெரியலையாம். எனக்குக் கர்நாடக இசையிலே ரொம்ப இன்ட்ரஸ்ட்... ஆனா அதைப் பற்றிப் பேச் செடுத்தாலே கேலி..." என்று கண்ணீரினூடே சொல்லிக் கொண்டே போனாள்.

பல விஷயம் மெல்ல மெல்ல வெளிவந்தன. கணவர் அந்த நாளிலேயே பெரிய கம்பெனி எக்ஸிகியூடிவ்வாம். பெற்றோர் வற்புறுத்தலினால் இந்த மாமியை மணம்செய்து கொண்டிருக்கிறார். பெண்கள் பிறந்து வளர்ந்து கல்வி முடிப்பதற்கும், பெற்றோர் காலமானதற்கும் சரியாய் இருந்திருக்கிறது.

கணவரின் மனத்துக்கேற்ப வெளிநாட்டு மாப்பிள்ளைகள்... மனைவியின் சின்னச் சின்ன ஆசையைக் கூட நசுக்கியிருக்கிறார். கவனத்தைத் திருப்புவதற்காக மாமி - காது கேளாதது போல் நாடகமாடியிருக்கிறாள். ஆனால் ஒன்று; தலைசுற்றல் மாத்திரம் நிஜம். சோதனையில் தெரிந்தது. ஒருவிதமான சமனக் குறைவால் இம்பாலன்ஸ் ஏற்பட்டிருக்கிறது.

தற்செயலாக அப்போது என் பழைய நண்பர் - முதுமை நல டாக்டர் இருந்தார். "நான் நங்கநல்லூர் பக்கம் 'சீனியர் சிட்டிஸன்ஸ்' சிக்கல் பற்றி ஒரு மீட்டிங் போடப் போறேன். உங்கள் கணவருடன் அவசியம் வாருங்கள்" என்றார்.

மனசில் உள்ளதை முழுமையாக வெளிக் கொட்டினவுடனே மாமிக்குப் பாதி உடம்பு குணமாகி விட்டது போல, ஆறுதல் சொன்னேன். தலைசுற்றலுக்கு மாத்திரம் மருந்து மாற்றித் தந்தேன்.

ஒரு மாசமானதும் மாமியே எனக்கு போன் செய்தாள். "மாப்பிள்ளை - கடைசி மாப்பிள்ளை - எனக்குப் புது சி.டி. அனுப்பியிருக்கார் டாக்டர் சார்.. தேவி ஸ்துதி.. ஒரு சின்ன கெட்டுகதர்ல பாடக் கூட பாடினேன்!"

ஆச்சரியம் என்ன தெரியுமோ? தற்செயலாக மனநோயைக் கண்டுபிடித்த குந்தலவராளி என்னையும் கவர்ந்தது. என்னவோ இருக்கிறது இந்தக் கர்நாடக இசையில் என்று நானும் இப்போது கவனிக்க ஆரம்பித்திருக்கிறேன்..."

டாக்டர் முடித்தார்.

"பிரமாதம் டாக்டர். 'ஈ.என்.டி. நிபுணர் சைக்கியாட்ரிஸ்ட் ஆன கதை'ன்னு தலைப்பு வைச்சு ஜமாய்ச்சு விடலாம்" என்றேன்.

நிபுணர் புன்னகை செய்தார்.

— ஈஸ்வர்குமார்

தயிர் வடை செய்யும் பொழுது, வடைகளைச் சுடுநீரில் நனைத்து, பின் தயிரில் சேர்ப்போம். அதற்குப் பதிலாக சூடான வடைகளை ஒரு நிமிடம் பாலில் நனைத்து, பின் தயிரில் சேர்த்தால் அலாதி சுவை. தயிர் கொஞ்சம் புளிப்பாக இருந்தாலும் தெரியாது. ஒரு ஆழாக்கு உளுந்து அரைத்து வடை செய்யும் அளவிற்கு, ஒரு தம்ளர் பால் போதுமானது. தயிர் அதிகம் தேவையில்லை.

— செண்பகம் சிவம்.





இதை விட என்ன வேண்டும்?

என் மகள் ப்ரியா என்ஜினியர். மருத்துவ அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் டாக்டர் பென்னட்டை மணந்து இங்கிலாந்தில் பொறியியல் பல்கலைக்கழகத்தில் விரிவுரையாளராகப் பணிபுரிந்து வருகிறாள். பள்ளியில் எப்போதும் முதல்தான். எல்லாவற்றையும் விட மிக முக்கியமாக மனிதநேயம் அதிகம் உள்ளவள். ரோட்டில் கிடக்கும் நாய்க்குட்டிகள் எங்கள் வீட்டில் வந்து பால் குடித்து விட்டுப் போகும். நான் அதற்காகச் சில சமயம் திட்டினால் கண்களைச் சுருக்கி "பாவம்மா" என்பாள்.

கையில் எப்போதும் பாண்ட்-எய்ட் வைத்திருப்பாள். அது அவளுக்காக அல்ல. நிறைய சமயம் அது மற்றவர்களுக்கு உதவுவது பற்றிச் சொல்லுவாள். ஒரு சமயம் அவள் ஸ்டேஷனில் மின்சார ரயிலுக்காக நின்றிருந்தபோது அங்கேயுள்ள பாலிடெக்னிக் படித்துக் கொண்டிருந்த பையன் தவறி ரயிலின் அடியில் விழ, ரயில் அவன் மீது ஏறி விட்டது. எல்லோரும் வேடிக்கை பார்த்துக் கொண்டிருந்த நேரத்தில் இவள் திரும்பக் கல்லூரிக்கு ஓடி ஆம்புலன்ஸிற்கு ஏற்பாடு செய்யச் சொல்ல, சில நிமிடங்களில் ஆம்புலன்ஸ் வந்து அவனை மருத்துவமனைக்குக் கொண்டு செல்ல, கால்கள் இரண்டையும் இழந்து விட்டாலும் உயிர் பிழைக்க முடிந்திருக்கிறது.

அவள் திருமணமாகி வெளிநாடு சென்றபோது எனக்கு மிகுந்த வருத்தமாகயிருந்தது. அவளை என் மகள் என்பதுடன் என் தோழி என்றும் சொல்ல வேண்டும்.

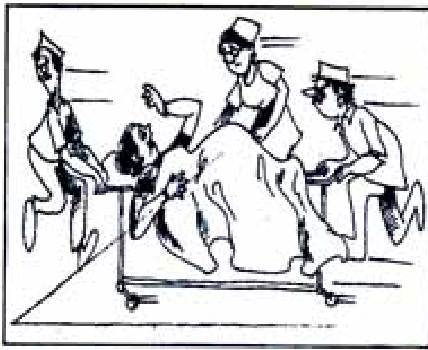


இங்கிலாந்தில் கவன்ட்ரி என்கிற இடத்தில் இருக்கிறாள். சமீபத்தில் நானும் என் கணவரும் அங்கு சென்றபோது அவள் வேலை செய்யும் கல்லூரிக்குப் போனோம். அவளின் துறைத்தலைவர் (ECE) டாக்டர் மைக் வெஸ்ட் அவளைப் பற்றி மிகவும் புகழ்ந்து பேசினார். இன்டர்வியூவிற்கு வந்த 8 பேரிலிருந்து அவளைத் தாங்கள் தேர்ந்தெடுத்தது பற்றிச் சொன்னார். ப்ரியா அந்த ரூமிலிருந்து வெளியேறிய விநாடி இன்டர்வியூ செய்த நால்வரும் ஒரே குரலில் 'வி ஆர் டேக்கிங் திஸ் லேடி' என்று சொன்னதாகச் சொன்னார். மாணவர்கள் அவளைப் பற்றித் தந்திருக்கிற பாராட்டுகளை எங்களிடம் காட்டினார். எல்லாரும் ஒரே மாதிரி ப்ரியா நன்றாகப் பாடம் எடுப்பதாகவும், புரியும்படிச் சொல்லித் தருவதாகவும் தங்கள் எல்லோருக்கும் மிகவும் பிடித்திருப்பதாகவும் எழுதியிருந்ததைப் படித்த போது மிகவும்





ஆபரேஷன் தியேட்டர் பார்க்க ஆசையா?



நான் என் மகனை ஈன்றெடுத்த அந்த கருணத்தையே மிகப் பரவசமான நேரமாகக் கருதுகிறேன்.

குடும்பச் சூழல் காரணமாய் மூப்பத்தேழு வயது வரை மணமாகாமல் இருந்து, அதன் பின் என் திருமணம் நடந்தது. மணமான மறுமாதமே கருவுற்றேன். மாதம் தவறாமல் மருத்துவப் பரிசோதனைக்குச் சென்று வந்தேன். மருத்துவர் குறிப்பிட்ட தினத்துக்கு நான்கு நாள் முன்னதாக இரவு பத்து மணிக்கு பிரசவ வலி ஆரம்பித்தது. நர்ஸிங்ஹோமில் அட்மிட் ஆனேன். பரிசோதித்த பின் டாக்டர்கள் சிசேரியனுக்கு ஏற்பாடு செய்தனர். இத்தனை வயதுக்கு, எலும்பெல்லாம் கடினமாயிருக்கும். நார்மல் டெலிவரிக்கு வாய்ப்பிருக்காது என்பது அவர்கள் கணிப்பு.

எல்லா ஏற்பாடுகளும் செய்த பின் அதிகாலை மூன்று மணிக்கு ஆபரேஷன் தியேட்டருக்கு (தள்ளி)க் கொண்டு செல்லப்பட்டேன். கையில் க்ளவுசை மாட்டிக் கொண்டு டாக்டர் ஆபரேஷனுக்கு முன் மீண்டும் ஒரு முறை பரிசோதிக்கையில் என் மகனின் தலை பாகம் வெளியில் வந்திருந்தது. ஆச்சரியத்தில் ஆழ்ந்த டாக்டர் குழு அடுத்த பத்தாவது நிமிடம் என் மகனை எந்த சிரமுமின்றி கையில் ஏந்தி என் கண் முன் காட்டினர்.

உதவிக்கு ஆள் பலம் அதிகமில்லாத எனக்கு சிசேரியன் வலி கொடுத்து அவஸ்தைக்குள்ளாக்காமல் காப்பாற்றிய என் பிள்ளை எனக்கு அன்று தெய்வமாகவே தோன்றினான். சுமார் ஐந்து மணிக்கு வார்டில் கொண்டு என்னையும் குழந்தையையும் படுக்க வைத்தபோது மருத்துவமனை ஊழியர் அனைவரும் வந்து குழந்தையைப் பார்த்து,

''ஆபரேஷன் தியேட்டர்ல போயி' நார்மலா பிறந்தது நீதானா? தியேட்டரைப் பார்க்கணும்னு ஆசையா?'' என்றெல்லாம் சொல்லி கொஞ்சி மகிழ்ந்தனர்.

எனக்கோ ஒரே பரவசம்!

- ஜெயா மகாதேவன்

பெருமையாகவும் சந்தோஷமாகவும் இருந்தது. டாக்டர் வெஸ்ட் எங்களை அவர் வீட்டுக்குக் கூட்டிப் போய் விருந்து கொடுத்து உபசரித்தார். அப்போது கல்லூரியின் முன்னேற்றம் பற்றி அவர் ப்ரியாவிடம் ஆலோசனை கேட்க இவளும் சொல்ல கண்கொள்ளாக் காட்சியாக இருந்தது.

காலையில் எழுந்து தனக்கும் கணவருக்கும் சமைத்து வீட்டை ஒழுங்குபடுத்தி விட்டுப் போவதும் மாலை வீட்டு வேலை முடித்து பாடங்கள் தயாரிக்க இரவு 2 மணி வரை கம்ப்யூட்டரில் வேலை செய்து விட்டு காலையில் எழுந்து கல்லூரிக்குப் போகும் அவள் வாழ்க்கையில் சமூக சேவைக்கும் சிறிது நேரம் ஒதுக்குவது ரொம்ப மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறது.

ப்ரியாவின் பக்கத்து வீட்டில் உள்ள சூசன், எதிர்த்த வீட்டுக்காரர்களோடெல்லாம் ரொம்ப ப்ரண்ட் ஆக இருக்கிறாள். "இந்தக் குட்டிப் பெண்ணை எங்களுக்கு ரொம்பப் பிடிக்கும்" என்கிறார்கள் அவர்கள். தினம் அவள் அண்ணனுக்கும் எங்களுக்கும் எஸ்.எம்.எஸ். மெசேஜ் அனுப்பி விடுவாள். அவளைப் பற்றிச் சொன்னால் சொல்லிக் கொண்டே போகலாம். ப்ரியாவின் அம்மா என்று சொல்லிக் கொள்வதில் அகமகிழ்கிறேன்.

சரி. என் மகள் என்னைப் பற்றி என்ன நினைக்கிறாள்? கல்யாணமாகி விமானம் ஏறுமுன் என் உறவினர்கள் முன்னிலையில் அவள் சொன்னது இதுதான். "அம்மா! நீங்கதான் என் ரோல் மாடல். நான் உங்களைப் போலவே இருக்கணும். அதுதான் என் ஆசை" என்று. இதைவிட வேறு பெரிய கிரீடம் எனக்கு வேண்டுமா என்ன?

— ஜவி தியாகராஜன்

குழந்தை

டாக்டர்
வஸந்த் செந்தில்

இரண்டு முதல் ஆறு வயது வரை குழந்தைகளுக்குப் பல்வேறு வகையான உணவுகளை அறிமுகப்படுத்தி விடுவது நல்லது. நடை பழகுகிற குழந்தைகளுக்குச் சரியான உணவுகளைத்தான் கொடுக்கிறோமா என்கிற சந்தேகம் ஏறக்குறைய



அனைத்து தாய்மார்களுக்கும் இருக்கிறது. கீழே ஒரு 'மெனு' மாதிரி கொடுத்திருக்கிறேன். இதை ஒரு மாடலாக வைத்துக் கொண்டு கொஞ்சம் கூட்டியும் குறைத்தும் உங்கள் குழந்தைகளுக்குத் தேவையான உணவைத் தயாரிக்கலாம்.

காலை :	1 வாழைப்பழம், 100 மி.லி பால், 25 கிராம் கோதுமைக் கஞ்சி
பதினோரு மணி :	ஒரு பிரட் துண்டு (கூடவே கொஞ்சம் ஜாம் அல்லது வெண்ணெய்), 100 மி.லி. பால்
மதியம் :	ஒரு ரொட்டி, 25 கிராம் அரிசி, ஒரு கப் பால், 25 கிராம் காய்கறிகள்
மாலை 4 மணி :	அரை துண்டு ஆப்பிள், ஒரு பிஸ்கட்.
இரவு :	20 கிராம் அரிசி, 25 கிராம் புரோட்டீன் உணவு (வேகவைத்த உருளைக்கிழங்கு போல)
படுக்கும் முன் :	100 மி.லி. பால்

மேலே சொன்னது போல துல்லியமாக எதையும் கொடுக்க முடியாது. அப்படி கொடுக்க முயற்சி செய்து நேரத்தை வீணடிக்காதீர்கள். ஒரு 'குன்ஸாக' இந்த விஷயத்தை மனதில் வைத்துக் கொள்வது நல்லது.

தவிர குழந்தை மருத்துவர்கள் பல்வேறு விதமான பேட்டிகளில் பயமுறுத்துவது 'கலோரி' என்ற ஒரு வார்த்தையைச் சொல்லி. கலோரி என்றால் சக்தி என்று உங்களுக்கு நன்றாகத் தெரியும். நாம் ஒவ்வொரு வேலை செய்யும் போதும் குறிப்பிட்ட அளவு சக்தி செலவழிக்கப்படுகிறது. அதற்குத் தேவையான அளவு சக்தியை உணவிலிருந்து பெற வேண்டும். இந்த கலோரியைப் பெறுவதையும், செலவழிப்பதையும் நிச்சயமாகத் துல்லியமாகச் செய்ய முடியாது. அதனால் அதை நினைத்தும் கலங்க வேண்டாம். ஆனால் எந்தெந்த வயதில் எத்தனை அளவு கலோரி தேவைப்படுகிறது என்பதைத் தெரிந்து வைத்திருப்பது நல்லது. கீழே அட்டவணை கொடுத்திருக்கிறேன். சும்மா பொழுது போகாத போது ஒரு பார்வை பாருங்கள்.



வயது	எடை	தேவையான கலோரி
0 - 6 மாதம்	5.4 கிலோ	108/கிலோ
6 - 12 மாதம்	8.6 கிலோ	198/கிலோ
1 - 3 வருடம்	12.2. கிலோ	1240
4 - 6 வருடம்	19.0 கிலோ	1690
7 - 9 வருடம்	26.9 கிலோ	1950
10-12 வயது		
ஆண்	35.4	2190
பெண்	31.5	1970
13-15 வயது		
ஆண்	47.8	2450
பெண்	46.7	2060
16-18 வயது		
ஆண்	57.1	2640
பெண்	49.9	2060

இரண்டு இதழ்களாக அலசிக் கொண்டிருக்கிற இந்த உணவு சமாச்சாரங்களில் நான் முக்கியமாகக் குறிப்பிட விரும்புகிற மற்றொன்று முட்டை. முட்டையைக் குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்கலாமா வேண்டாமா என்கிற கேள்வி எல்லோருக்கும் இருக்கிறது. மிகப் பெரிய அளவில் சக்தி கிடைப்பதாகப் பலர் நம்புகிறோம். அதன் மஞ்சள் கரு மூலம் இரும்புச் சத்து அதிகம் கிடைக்கும் என்கிற கருத்து இருந்தது. ஆனால் தற்போதைய ஆராய்ச்சி அதை மறுக்கிறது.

மஞ்சள் கருவில் இருக்கும் இரும்புச்



மாடு என்ன பண்ணும்?

நான் ஒரு சமயம் என் அம்மா வீட்டிற்குச் சென்றிருந்த போது என் பையனுக்கு 1 வயது 4 மாதம். (இப்பொழுது அவன் வயது 9.) என் அம்மா வீடு திருவல்லிக்கேணியில் மாடுகள் நிறைந்த ஒரு தெருவில் இருந்தது. பையன் குளித்து ஆகாரம் சாப்பிட்டு ஒன், டூ எல்லாம் முடிந்து படுக்கும் நேரத்தில் திடீரென அழுதான். வெளியே கையைக் காட்டிக் காட்டி அழுதான்.

என் அண்ணன், குழந்தையை வெளியே கூட்டிக் கொண்டு போய், ''என்ன வேண்டும்?'' என்று கேட்டார். அவன் மாடு இருக்கும் திசையில் கையைக் காட்டி ''மாடுளம் பண்ணும்'' என்று கேட்டான். ''மாடு பால் கொடுக்கும், வைக்கோல் தின்னும், சாணி போடும்'' என்று மாடு என்ன பண்ணும்? என்று கேட்பதாக நினைத்து பதில் சொன்னார். அவன் 'மாடுளம் பண்ணும்' என்று கேட்டுக் கேட்டு கடைசியில் அடம்பிடித்து அழ ஆரம்பித்து விட்டான். எங்களுக்கு ஒன்றும் புரியவில்லை.

அப்பொழுது நாலு வீடு தள்ளி இருந்த பழ வண்டிக்காரர் விற்பனை முடித்து, ''மாதுளம்பழம், மாதுளம்பழம்'' என்று கூவிக் கொண்டே சென்றார். அவரைப் பார்த்த என் மகன் சந்தோஷத்தில் ''மாடுளம் பண்ணும்'' என்று காட்டினான்! என் குடும்பம் முழுவதும் சிரித்தது.

- கௌரி மோகன்



சத்தைக் கிரகிக்கிற சக்தி குழந்தையின் குடல்களுக்குக் குறைவாகவே இருக்கிறது என்கிறார்கள். தவிர மற்ற உணவு வகைகளிலிருந்து கிடைக்கிற இரும்புச் சத்தையும் கிரகிக்க விடாமல் மஞ்சள் கரு தடுத்து விடுவதாகக் குறிப்பிடப்படுகிறது. மேலும் மஞ்சள் கருவில் அதிக அளவில் கொலஸ்டிரால் இருக்கிறது. இது பின்னாளில் இரத்தக் குழாய்கள் தடித்து மாரடைப்பு ஏற்பட வழி வகுக்கும். முட்டையின் மஞ்சள் பாகம் பல குழந்தைகளுக்கு ஒவ்வாமை ஏற்படுத்துகிறது. ஆக முட்டையைக் குழந்தைகளுக்குத் தராமல் தவிர்ப்பதால் நல்லது அதிகம் என்றே ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன.

அதுபோல இறைச்சி, சர்க்கரை நிறைந்த உணவுகள், செயற்கை நிறங்கள் கொண்டு உருவாக்கப்பட்ட உணவுப் பொருட்கள், சாக்லெட், ப்ளாக் டீ போன்றவற்றையும் குறிப்பிட்ட காலத்திற்குத் தராமல் இருப்பது நல்லது.

இரண்டு மூன்று இதழ்களாகப் பல்வேறு விதங்களில் உணவு பற்றியே விவாதித்ததில் அநேகமாக உங்களுக்கும் பசி அதிகமாயிருக்கும் என்று நினைக்கிறேன். உணவைப் பற்றிப் பேசுவதும், உணவைப் பார்ப்பதும், உணவுகளை அழகாக வசீகரிக்கிற விதத்தில் அடுக்கி வைப்பதும் பசியைத் தூண்டுவதற்கான நல்ல காரணங்கள். இதையே நீங்கள் உங்கள் குழந்தைக்கும் வாழ்வு முழுக்க உபயோகிக்கலாம்.

சமீபத்தில் பெரிய தலைகள் எல்லாம் கவனிக்கிற விதத்தில் கவிதைத் துறைக்குள் நுழைந்திருக்கிறவர் சுகிர்தராணி. 'கைப்பற்றி என் கனவுகேள்' என்கிற அவர் தொகுப்பைப் பூங்குயில் பதிப்பகம் (100, கோட்டைத் தெரு, வந்தவாசி - 604 408) வெளியிட்டிருக்கிறது. தொகுப்பில் 'வடிவம்' என்கிற கவிதை சுகிர்தராணியை நன்கு அடையாளம் காட்டுவதாக நினைக்கிறேன். வரிகளைக் கவனியுங்கள்.

"எங்கேயோ கேட்ட ஞாபகம்
உலகம்
உருண்டை என்று.
மண்டியிட்டு
குனிந்து வளைந்து
எட்டி
நிமிர்ந்து நடந்து
எப்படிப் பார்த்தாலும்
சதுரமாய்த்தான் தெரிகிறது
என் வீட்டு ஜன்னலில்..."

மேற்சொன்ன வரிகளில் கவிதை வடிவத்தைக் கச்சிதமாகப் புரிந்து கொண்டிருக்கிற சுகிர்தராணியைக் கவனிக்க முடிகிறது. புத்தகத்தின் பின் அட்டையில் கவிதை என்பது தீத்துளி என்று வர்ணித்திருக்கிறார். புத்தகம் முழுக்க கவிதை மைத்துளியாகத்தான் சிதறியிருக்கிறது. ஆனாலும் சுகிர்தராணி அடைகாத்து வைத்திருக்கிற கனவுகள் அவருக்குத் தீ மூட்டும். கவிதை எழுதுகிற டீச்சர்களில் சுகிர்தராணியின் போக்கு ஆரோக்கியமானது. எனது வாழ்த்துகள்.

வெற்றிக்கு வழி

ஒரு மனிதனின் வெற்றிக்கும், தோல்விக்கும் மூலகாரண மாக இருப்பது அவனது பெயரும், கையெழுத்துமே ஆகும்.



ஒருவருடைய பெயரையும், கையெழுத்தையும் அதிர்ஷ்டகரமானதாக்கி தொழில் வசியம் செய்து கொண்டால் வெற்றிமேல் வெற்றிகள் கிட்டும். பணம், பதவி, புகழ் யாவும் கிட்டும். நீங்களும் கோடீஸ்வரர் ஆக லாம் என்று நிரூபித்துக் காட்டியுள்ளார் கோவை மாவட்டம், கணுவக்கரையில் வசிக் கும் ஜோதிட விஞ்ஞானி கே. ஆர். பிரபாகர் ராஜ் அவர்கள்.

அதிர்ஷ்டப் பெயர் என்பது ஏற்கெனவே உள்ள பெயரில் மிகச் சிறிய திருத்தம் (குறியீடு) செய்வதே ஆகும். பெயரை முழுவதுமாக மாற்றத் தேவை இல்லை. கையெழுத்திலும் அப்படித்தான். அதிர்ஷ்டப் பெயரால் மனித வாழ்வில் உண்டாகும் அனைத்துப் பிரச்சனைகளுக்கும் மிக நல்ல முறையில் தீர்வுகாண முடியும்.

ஒரு மனிதனுக்கு விடாமுயற்சி, அயராத உழைப்பு, தர்ம குணம், தன்னம்பிக்கை போன்ற நற்குணங்கள் இருந்தும் அவர் வாழ்வில், தொழிலில், உத்தியோகத்தில் வெற்றி பெற முடிய வில்லை எனில் அவருக்குப் பெயரில் அதிர்ஷ்டம் (ராசி) இல்லை என்பதுதான் உண்மை.

தொழில் நிறுவனங்களுக்கு அதிர்ஷ்டப் பெயர் வைத்தால் தொழில் அமோக வெற்றி பெறும்.

அதிர்ஷ்டப் பெயர், அதிர்ஷ்டக் கையெழுத்து, தொழில் வசியம் செய்து கொண்டால் அன்பான, அழகான மனைவி (நல்ல கணவர்) அறிவுள்ள குழந்தைகள், வசதியிக்க வீடு, வளமான தொழில், உயர்வான உத்தியோகம், சுகமான வாழ்க்கை, ஆரோக்கியமான உடல், பணம், பதவி, புகழ்பெற்று அனைத்து அதிர்ஷ் டங்களையும் பெற்று வளமுடன் வாழலாம்.

அதிர்ஷ்டப் பெயர் எந்த வயதிலும் மாற்றி அமைத்து வெற்றி பெறலாம். இதற்கு வயது ஒரு தடை அல்ல.

அதிர்ஷ்டம் இல்லாதவர்கள் அதிர்ஷ்டத்தைப் பெறவும், ஏற்கெனவே அதிர்ஷ்டத்துடன் இருப்பவர்கள் மேலும் கூடுதல் அதிர்ஷ்டத்தைப் பெறவும் இக்கலை துணைபுரியும்.

தொழில் முடக்கம், வியாபார மந்தம், உத்தியோகத்தில் இடையூறு, கணவன் – மனைவிக்கிடையே ஒற்றுமை இல் லாமை, செக்ஸ் கோளாறு, மனபயம், குடிப்பழக்கத்திற்கு அடிமை, நோய், செய்வினை, மாந்திரீக பாதிப்பு, திருமணத் தடை, குழந்தை பாக்கியம் இல்லாமை, முன்னேற்றத் தடை, புகழ் இல்லாமை போன்ற எண்ணற்ற வாழ்க்கைப் பிரச் சனைகளுக்கும் அதிர்ஷ்டப் பெயரால் நிரந்தரத் தீர்வு காண முடியும்.

அதிர்ஷ்டப் பெயர் நியூமராலஜிப்படி அமைத்துக் கொண் டால் இவ்வுலகில் பெற வேண்டிய அனைத்துச் செல்வச் சுகங் களையும் பெற்று இன்புற்று வாழலாம்.

அதிர்ஷ்டப் பெயர் அமைக்கும் போது, பெயர் வசியம், தொழில் வசியம், கையெழுத்து வசியம், ராஜ வசியம், மோகன சித்தி, காரியசித்தி போன்ற 9 காரணிகளையும் நியூமராலஜி, நேமாலஜி, சைன், சிக்னேச்சராலஜி, ப்யூச்சராலஜி, ஆர்கோலஜி, மேக்பயர் போன்ற 12 வகை இயக் கங்களிலும் ஆய்வு செய்து பெயர் அமைத்தால் தான் பூரண அதிர்ஷ்டம் உண்டாகும்.

தங்களுக்குத் தாங்களே பெயர் மாற்றிக் குழம்பி வாழ்வில் பெருந்துன்பம் அடைந்த வர்கள் ஏராளம்.

பெயர் வசியம், தொழில் வசியம் (தொழில் கவர்ச்சி), மனித வசியம் எனும் மனக்கவர்ச்சி இருக்கும்படி பெயர் சூட்டினால் பிரபல அதிர்ஷ்டங்களைப் பெறலாம்.

எண் கணித சாஸ்திரம் என்பது ஒரு விஞ்ஞானம் ஆகும். உடல் காந்த சக்திக்கு ஏற்ப கையெழுத்தை அமைத்தால் அபரி மிதமான அதிர்ஷ்டங்களை அள்ளித் தரும்.

இன்றைக்குப் பிரபலமாக உள்ள, அரசியல் தலைவர்கள், சினிமா நட்சத்திரங்கள், விளையாட்டு வீரர்கள், தொழிலதிபர் கள், வெளிநாட்டினர் மேலும் பல துறைகளைச் சார்ந்தவர்களும் பெயர் மாற்றத்திற்குப் பின்பு பிரபலமானவர்களே ஆகும். பெயரில் வசிய சக்தி, காந்த சக்தி, கோபுராம்சம் இருக்க வேண்டும்.

அதிர்ஷ்டப் பெயரால் அரசியலில் சாதனை, சினிமாவில் புகழ், விளையாட்டில் வெற்றி, தொழில் மேன்மை, உத்தி யோகத்தில் சிறப்பு, குடும்பத்தில் சந்தோஷம் உண்டாகும்.

அதிர்ஷ்டப் பெயர் அமைக்க 1. கைரேகை ஆய்வு, 2. கிரக நிலை ஆய்வு, 3. முகக் கூறு, 4. உடல் கூறு, 5. காந்தக சக்தி ஆய்வு செய்துதான் பெயர் அமைக்க வேண்டும்.

அந்தக் காலத்து இராஜராஜ சோழன், உத்தம பாண்டியன், புத்தர், அசோகர், நெப்போலியன், பாரதியார், பாரதிதாசன், கண்ணதாசன், இந்திரா காந்தி, வீரமா முனிவர், மில்டன், செல்வேல் சேரன், சிவாஜி, எம்.ஜி.ஆர். போன்றோரும் மேலும் பலரும் அதிர்ஷ்டப் பெயர் மாற்றத்திற்குப் பின் பிரபலமான வர்களே ஆவர்.

அதிர்ஷ்டப் பெயர் சாதாரண மனிதனையும் பெரிய சாதனையாளனாக ஆக்கக்கூடியது.

பெயர் மாற்றத்தால் பெரும் செல்வந்தர் ஆகலாம். கையெழுத்தால் தலையெழுத்தை வெல்லலாம்.

பெயரையும், கையெழுத்தையும் வளமானதாக்கிக் கொண் டால் என்றென்றும் வெற்றிகள்தான். இதை இவர் விஞ்ஞான ரீதியில் நிரூபித்துக் காட்டி வெற்றியும் பெற்றுள்ளார்.

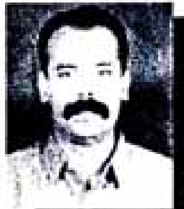
இவர் எண்கணித சாஸ்திரம் பற்றி பல நூல்களை எழுதி யுள்ளார். இவரிடம் அதிர்ஷ்டப் பெயர், அதிர்ஷ்டக் கையெழுத்து அமைத்துக் கொண்டவர்கள் அனைவரும் சிறப்புடன் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறார்கள்.

இக்கலை இனம், மொழி, மதம் சார்பற்றது. அனைவருக் கும் அதிர்ஷ்டத்தை அளித்தரும்.

ஆண்-பெண் எந்த தேதியில் பிறந்தவராக இருந்தாலும் அவர்கள் திருமணம் செய்த நாளின் கூட்டு எண், (திருமணத் தேதி, மாதம், வருடம் மூன்றையும் கூட்டி வரும் எண்) 2, 4, 5, 7, 8 வரும் நாளில் கண்டிப்பாக திருமணம் செய்யக் கூடாது. அப்படிச் செய்தால் சோதனைகளும், போராட்டங்களும் நடக்கும். இதிலிருந்து விடுபட "மறுமாங்கல்ய பூஜை" – அதிர்ஷ்ட நாளில் செய்து கொண்டால் குடும்ப வாழ்க்கை சந்தோஷமுடனும், வெற்றியுடனும் இருக்கும்.

அதிர்ஷ்டப் பெயர் எண் சாஸ்திரப்படி பெயர் அமைத்தால் பதவி, புகழ் உண்டாகும். வெற்றிகள் பல குவியும். நீங்களும் மிகப் பெரிய கோடீஸ்வரர் ஆகலாம்.

இவர் எழுதிய (உலகின் No:1 நியூமராலஜி நூல்) **"அதிர்ஷ்ட பெயர் எண் சாஸ்திரம்"** என்னும் புத்தகத்தை வாங்கிப் படியுங்கள். நீங்களும் அதிர்ஷ்டம், புகழ், வெற்றி பெறலாம்" எல்லா ஊர் புத்தகக் கடைகளிலும் கிடைக்கும். (தபால் மூலம் பெற ரூ. 300/- M.O. செய்யுங்கள், வெளி நாட்டினர் ரூ. 1,000/- அனுப்புங்கள்.)



உங்கள் வெற்றிக்கு வழிகாட்டும்
ஜோதிட மாமேதை கே.ஆர். பிரபாகர்ராஜ்
நியூமராலஜி–நேமாலஜி–சைன்–தொழில் வசியம்

கே.ஆர். பிரபாகர்ராஜ் எம்.ஏ.,

நல்லாந்தோட்டம், கணுவக்கரை (P.O),
புஞ்சைப் புளியம்பட்டி (Via) - 638 459, கோவை (Dt.)
TAMIL NADU - INDIA. Ph : (04254) 287258.



வார விடுமுறை: புதன், வியாழன்

அதிர்ஷ்ட பெயர் எண் சாஸ்திரம்

மினி தொடர்

அவன் இன்னும் அவர் முன்னே தலைகுனிந்து நின்றிருந்தான். அவர் அதிர்ச்சியிலிருந்து மீளாதவராய், "பாவி, பாவி" என்றபடி இருந்தார். அவர்களைச் சுற்றிய உலகம் மெதுவாக இயங்கி ஆரோக்கியம் தேடிக் கொண்டிருந்தது.

"இப்போ எதுக்கு இங்கே வந்தே?"

சில நிமிடங்களுக்குத் தொடர்ந்த அமைதியைப் பெரியவர்தான் முதலில் கலைத்தார், அவன் பதில் சொல்ல வாயெடுக்குமுன்,

"என் பொண்ணுக்குச் செஞ்ச பாவமெல்லாம் போதாதா? மறுபடி அவ நிம்மதியைக் கெடுக்க வந்துட்டியா?" என்றார்.

அவன் பேசாமல் தலைகவிழ்ந்திருந்தான், திட்டுகிறவரை திட்டுங்கள் என்று அவரை அனுமதிப்பதாகவும், மன்னிப்புக் கேட்பதாகவும் அவனுடைய மௌனம் இருந்தது. முதுகு குலுங்குகிறதைப் பார்த்தால் அழுகிறான் போலவும் இருந்தது. எல்லாம் ஏமாற்று என்று அவர் உறுதியாய் எண்ணிக் கொண்டார்.

தொடர்ந்து

ஒரு துரோகமும், மூன்று தலைமுறைகளும்!



ஆற்றாமையில் புலம்பினார் அவர், "படுபாவி, பிள்ளைத்தாச்சிப் பொண்ணை ஊர், பேர் தெரியாத இடத்தில் அநாதையாக விட்டுட்டுப் போக உனக்கு எப்படிடா மனசு வந்தது? நீயெல்லாம் நல்லா இருப்பியா?"

அவன் கண்களில் துளிர்க்கிற நீரோடு நிமிர்ந்து, "நிச்சயம் நல்லா இருக்க மாட்டேன் சார், அது எனக்கே தெரியுது" என்றான். குரலில் கெஞ்சலும், பரிதாபமும் படர்ந்திருக்க, நான்கு நாள் சாப்பிடாதவன் போல முகம் செத்துப் போயிருந்தது. சற்றுப் பொறுத்து, "உங்களை மாமான்னு கூப்பிடற தகுதி கூட எனக்கில்லை" என்று கண்களைத் துடைத்துக் கொண்டான். உயரத்தில் ஒரு தூக்கம் கலைந்த பறவை சத்தமாய் ஒலியெழுப்பிக் கூவியது.

அவர் அவனிடம் பேசத் தயாரில்லாதவராய் வெறுப்போடு முகம் திருப்பிக் கொண்டார். அவனும் வேறொரு திசையில் பார்த்தபடியே பேசினான் : "சத்தியமா உங்ககிட்டே நான் மன்னிப்புக் கேட்க வரலை சார், நான் செஞ்ச தப்புக்கு மன்னிப்பே கிடையாதுன்னு எனக்குத் தெரியும்." பலமுறை தனக்குள்ளேயே



2

சொல்லி அழுத விஷயம்தான், ஆனால் முதல் முறையாய் அதை இன்னொருவரிடம் வாய் விட்டுச் சொன்னது அவனுக்கு இனம்புரியாத நிறைவாய் இருந்தது.

அவர் உடனடியாய் அந்த இடத்திலிருந்து விலகிப் போக விரும்புகிறவர் போல ரப்பர் செருப்பைத் தரையில் வேகமாய் இருமுறை தேய்த்தார், கையிலிருந்த கூடையை நிமிர்த்திக் காட்டி, "நான் பால் வாங்கப் போகணும்" என்றார் பரபரப்பாய். ஆனாலும், நின்ற இடத்தை விட்டு இம்மியளவும் நகரவில்லை. ஏதோ ஒன்று அவரை அங்கேயே கட்டி வைத்திருப்பதாகத் தோன்றியது.

"போயிட்டு வாங்க சார், நீங்க திரும்பி வரும் போது பேசலாம், எனக்கு அவசரமில்லை" என்று விலகிக் கொண்டான் அவன்.

"ஆனா எனக்கு அவசரம்" என்றார் அவர் சட்டென்று. முகம் சிடுசிடுவென்று தெரிந்தது. "நான் பால் கொண்டு போனாதான் வீட்டிலே காபி போட முடியும், சந்தியா ஆபீசுக் கு க்

லாவண்யா

கிளம்ப முடியும்" என்றார் தொடர்ந்து.

"சந்தியா வேலைக்குப் போறாளா?" அவன் குரலில் வியப்பு. முதல் முதலாய் அவள் அறையில் கால்குலேட்டரைப் பார்த்த போது, "ஐயோ, பச்சை பச்சையாய் மினுக், மினுக் குன்னு எழுதிக் காட்டிக்கிட்டு எவ்ளோ அழகா இருக்கு" என்று அதை ஒரு ஆபரணம் போலப் பார்த்து மகிழ்ந்த பெண்ணை நினைவுக்கு வந்தது. இத்தனைக்கும் பெங்களூரில் வளர்ந்தவள்.

எங்கே வளர்ந்தால் என்ன? கசாப்புக் கடைக்காரனை நம்புகிற ஆட்டைப் போல, ஆண்களை நம்பவும், அவர்களிடம் ஏமாறவும்தான் கள்ளமில்லாத மனதுள்ள பெண்களுக்கு வாய்க்கிறது.

அவர் மீண்டும் அவனைத் திட்டத் துவங்கியிருந்தார். "எல்லாம் உன்னாலதானேடா, பாவி" அவன் தலைகுனிந்து கொண்டான்.

"சரி, அதெல்லாம் வீண் பேச்சு, இப்போ நீ எதுக்கு வந்திருக்கே? சீக்கிரமா அதைச் சொல்லு, நான் போகணும்", சற்று நேரம் பொறுத்துப் பேசிய போது அவர் குரலில் தீவிரம் தெரிந்தது. கூடவே ஓர் ஆவலும், எதிர்பார்ப்பும் கூட இருந்ததாய் அவனுக்குத் தோன்றியது. புத்தி புத்தி.

அவன் சற்றுத் தயங்கினான், தூரத்தில் ஓடாது நிற்கிற பிள்ளை ராட்டினத்தைப் பார்த்தபடி சொன்னான் : "எனக்குச் சந்தியாவைப் பார்க்கணும்."

அவருக்குச் சடாரென்று ஒருமுறை உடம்பு உதறி விட்டது. "உனக்கென்ன பைத்தியம் பிடிச்சிருக்கா?" என்றார் குரல் நடுங்க. "நான் இப்போ உன்கிட்டே பேசினது தெரிஞ்சாலே என் பொண்ணு என்னைக் கொன்னு போட்டுடுவா, உன்னை மட்டும் அவ நேர்ல பார்த்தா, அவ்வளவுதான், மதுரை எரிஞ்ச மாதிரி இந்த பெங்களூரும் எரிஞ்சு போகும்."

அவன் தலையசைத்து அவரை ஆமோதித்தான். "தெரியும் சார், ஆனா நான் அவளைப் பார்த்தே ஆகணும். நான் செஞ்சதுக்கெல்லாம் அவகிட்டே மன்னிப்புக் கேட்கணும்" என்றான். மீண்டும் அவன் கண்களில் நீர் எட்டிப் பார்த்தது. நைந்து கிழிந்ததைப் போல் இருந்த அவன் முகத்தைப் பார்க்க அவருக்குப் பரிதாபமாய் இருந்தது. உடனே தலையைப் பிடிவாதமாய் உலுக்கிக் கொண்டார். 'பாவி, இந்த அப்பாவி முகத்தை நம்பித்தானே பெண் கொடுத்தேன்.'

இருவரும் சில விநாடிகளுக்குப் பேசவில்லை, பிறகு அவராகவே பேச்சை மாற்றும் உத்தேசத்துடன், "இப்போ எங்கே இருக்காப்ல?" என்றார்.

"அமெரிக்காவில்."

"வேற குடும்பம் ஆகிப் போச்சோ?" கேலியும், வெறுப்பும், ஆற்றாமையும் சமவிகிதத்தில் கலந்த கேள்வி.

அவன் மௌனமாய் தலைகுனிந்து சம்மதம் சொன்னான், 'அதை வாயைத் திறந்து சொல்லேன், இதுக்கு மட்டும் வெட்கம்?"

அவன் கொஞ்சம் குரலை இறக்கி, "உங்க பொண்ணைப் பார்க்கறதுக்கு முன்னாலேயே இந்தப் பொண்ணுக்கும் எனக்கும் பழக்கம் இருந்தது" என்றான்.

அவருக்கு மீண்டும் கோபம் கூடியது, "எல்லாரும்தான் தப்பு செய்யறாங்க, ஆனா செஞ்சது தப்புன்னு தெரிஞ்சும் அதை நியாயப்படுத்தறீங்க பாரு, அதுதான் அயோக்கியத்தனம்" என்றார் மூச்சிரைக்க. ஒரு சிறு பெண் குழந்தை அவரை ஆவலாய் நிமிர்ந்து பார்த்து விட்டுக் குடுகுடுவென்று ஓடியது.

தந்தையைத் திருத்திய மகள்!

'அம்மா'வென



அகமகிழ்ந்தேன்!

இன்று நேற்று நடந்தது இல்லை இந்தச் சம்பவம். சுமார் பதினைந்து ஆண்டுகளுக்கு முன்பு நடந்தது. என் கணவரையும் மாற்றியது - என்னுடைய குட்டிப் பெண்ணின் வார்த்தைகள்!

என்னுடைய கணவர் ஒரு செயின்ஸ்மோக்கர். ஒருநாள் என்னு



டைய பெண் 'ஃபைவ் ஸ்டார்' வாங்கித் தரும்படி கேட்டாள் அவள் அப்பாவிடம். அதற்கு அவர்,

"இப்போதானே சாப்பிட்டே. அதற்குள் இன்னொண்ணா? எவ்வளவு காசு தெரியுமா?" என்றதும்,

"அப்பா, நீயும் இப்போத்தானே ஒரு சிகரெட் பிடிச்சே. அதற்குள் இன்னொண்ணு பத்த வெச்சுட்டியே. எவ்வளவு நோட்டு கரியாகப் போகுது தெரியுமா?" என்றாள்.

என் கணவர் சிகரெட்டைத் தூர எறிந்து விட்டார். மாறி விட்டார்!

- மரகதம்.



நூறு குறள் தெரியும்!

எங்களுடைய ஒரே மகன் ராகுல் ராசிபுரத்தில எல்.கே.ஜி. படிக்கும் போது நடந்த நிகழ்ச்சி.

அவர்கள் பள்ளியில் சென்ற வருடம் திருக்குறள், திருப்பாவை ஆகிய இரண்டிற்கும் போட்டி வைத்து இருந்தனர். நான் ராகுலுக்குத் திருக்குறளில் பத்தும் திருப்பாவையில் ஐந்து பாராவும் பிராக்டிஸ் பண்ணி விட்டேன். பின் நடந்த போட்டியில் இவனே முதலாவதாக வந்தான். அதைக் கவனித்த இவன் வகுப்பு ஆசிரியை,

"இதனை இத்தோடு நிறுத்தி விடாமல் தினமும் சொல்லிக் கொடுங்கள். நன்றாக வருவான்" என்று கூறினார்.

நானும் முழு முயற்சியுடன் இரண்டு மாதங்கள் சொல்லிக் கொடுத்து அவனை 50 திருக்குறள் சொல்ல வைத்தேன். அரையாண்டு லீவு முடிந்து பள்ளி திறந்தவுடன் அவன் தனக்குத் தெரிந்த 50 திருக்குறள்களை ஆசிரியரிடம் சொல்லிப் பாராட்டு பெற்றான். இவன் படிப்பிலும் முதல் (அ) இரண்டாவது மாணவனே.

ஜனவரி 26 அன்று வித்யா நிகேதனில் ஆண்டு விழா. அதற்கான பரிசு பெற்றவர் பட்டியல் பலகையில் ஒட்டி இருந்தனர். இவனுக்கு எத்தனை பரிசு என்று எண்ணிக் கொண்டு இருந்தேன். அதில் கடைசியில் மிகவும் சிறப்பான தகுதியுடைய மாணவர்களின் பெயர்களை எழுதியிருந்தனர். அதில் என் குழந்தை ராகுல் பெயர் எழுதி எல்.கே.ஜி. என்று இருந்தது. அதைப் பார்த்து விட்டு நான் அடைந்த மகிழ்ச்சிக்கு அளவே இல்லை. வாய் அடைத்து கண்ணீர் (ஆனந்தம்) வர ஆரம்பித்து விட்டது. இதைத் தவிர ஆண்டு விழாவில் ஏராளமான பரிசுகளை வாங்கினான் ராகுல்.

பி.கு : இப்பொழுது என் மகனுக்கு 100 திருக்குறள் தெரியும்.

— சாந்தி காமராஜ்



"கல்யாணத்துக்கு முன்னால என்ன நடந்திருந்தாலும் அது உன் தனிப்பட்ட விஷயம், பொண்டாட்டின்னு ஒருத்தி வந்தப்புறம், எது செய்யறதா இருந்தாலும், ஒரு குண்டூசி வாங்கறதாயிருந்தாலும் கூட அவளை மனசில வெச்சுகிட்டுத்தான் செய்யணும். கல்யாணத்தன்னிக்கு ஆயிரம் மந்திரத்தைப் புரியாம முணுமுணுத்து வெச்சியே, அதுக்கெல்லாம் இதுதான் அர்த்தம்" என்றார் அவர். இத்தனை துயரத்திலும், கோபத்திலும் அவருடைய வாத்தியார் மனப்பான்மை போகாததை நினைத்து அவன் மனதுக்குள் வியந்து கொண்டான்.

மீண்டும் அவர்களுக்குள் ஒரு அழுத்தமான மௌனம் வந்து விழுந்தது. அவர் குளிருக்காகக் கைகளைக் கட்டிக் கொண்டு அவனைத் தீர்க்கமாய் நிமிர்ந்து பார்த்து, 'நீ சொல்ற எதிலயும் எனக்கு நம்பிக்கை இல்லை. நீ எதுக்காக சந்தியாவைப் பார்க்கணும்? உண்மையைச் சொல்லு" என்றார்.

அவன் கொஞ்சம் யோசித்தான், ' சந்தியா என்னோட வரத் தயாரா இருந்தால், அவளை அமெரிக்காவுக்குக் கூட்டிட்டுப் போக ஆசைப் படறேன்" என்றான்.

அவர் முகத்தில் ஒரு கேலிச் சிரிப்பு மலர்ந்தது. "அதானே பார்த்தேன். என்னடா எலி கோமணத்தைக் கட்டிக்கிட்டு ஓடுதேன்னு," அவன் பேசுவதற்கு முன்னால் தடுத்து "மெட்ராஸ்ல அவளைத் தவிக்க விட்டது போதாதுன்னு இப்போ அமெரிக்காவில வெச்சு ஏமாத்தணுமா?" என்றார் வெறுப்போடு.

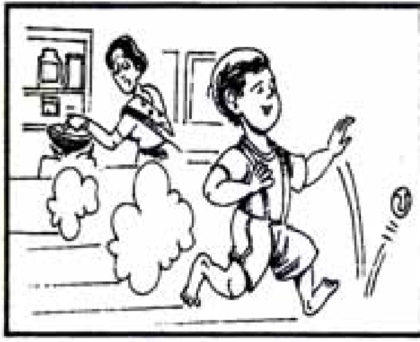
அவன் இதற்கெல்லாம் தயாராய் இருந்ததாகத் தோன்றியது. "ப்ளீஸ், என்னை நம்புங்க சார், நான் இப்போ திருந்தி வந்திருக்கேன், இனிமேலாவது சந்தியாவை நல்லபடியா, வெச்சுக்கணும்னு நினைக்கிறேன்" என்றான்.

அவர் சட்டென்று, "அப்போ அந்த இன்னொரு பொண்ணு?" என்றார். அவன் ஏதும் பதில் சொல்லாமலிருந்தான்.

"பேஷ், லோ மஹாராஜாவுக்கு ரெட்டைக் குடித்தனம் கேட்குதா?" என்றார் அவர், "எனக்கு நல்லா வாயில வருது, போடா."

இத்தனை பேசிக் கொண்டும், திட்டிக் கொண்டும் அவர் இன்னும் அவன் எதிரிலேயே நின்றிருப்பதற்கான காரணம் இருவருக்குமே புரியவில்லை. சூரியன் மெதுவாகத் தலை காட்ட ஆரம்பித்திருந்த காலை. வாட்ச்மேன் அறையிலிருந்து கொட்டாவியோடு ஒருவன் வெளியே வந்து வெளிச்சத்தை வெறித்துப் பார்த்தான்.

இருவரும் நடைபாதையிலிருந்து சற்றே விலகி நின்று கொண்டார்கள். அவன் தைரியமாய்க் கேட்டான் : "இப்போ நான் சந்தியாவைப் பார்க்க முடியுமா, முடியாதா?" "முடி



ஓடு...! ஓடு...!

என் மகன் நிர்மலுக்கு வால் ஒன்று இல்லாதது தான் குறை. அப்படி ஒரு ஓட்டம், ஆட்டம் தான். ஒரு நிமிடம் நிற்க மாட்டான். வீட்டிலேயே அங்கும் இங்கும் ஓடிக் கொண்டிருப்பான். அதனால் அவன் இரு முழங் காலிலும் நித்திய சிராய்ப்பு, புண்தான். இப்போது எல்.கே.ஜி.யில் வேறு சேர்ந்து விட்டானா... கேட்கவே வேண்டாம்!

ஒருநாள் பள்ளிக்குச் செல்லும் போது என் கையை விட்டு விட்டு வேகமாக ஓடி கீழே விழுந்து, இரண்டு காலிலும் ரத்தம். எனக்குக் கோபம் அதிகமாகி நன்றாக அடித்து விட்டேன்.



''இனிமேல் வேகமாக ஓடினால் சூடு வைத்து விடுவேன்'' என்று பய முறுத்தி பள்ளியில் விட்டு வந்தேன்.

அன்று மாலையில் அவனை அழைத்து வரச் சென்றேன். அன்று 'ஸ்போர்ட்ஸ் டே'வுக்காக ஓட்டப் பந்தயம் நடந்ததாம் பள்ளியில். என் மகன் மேல் இருந்த நம்பிக்கையில் அவசரக் குடுக்கையாக நான், ''என் பையன் பரிசு வாங்கி யிருக்கிறானா?'' என்று கேட்டு விட்டேன். அவமானமாகப் போய் விட்டது போங்கள். அவன் தான் கடைசியாம்.

வீட்டிற்கு வந்ததும் கோபத்தை அடக்கிக் கொண்டு கேட்டால் என் அருமை பிள்ளை இப்படிச் சொல்கிறான் :

''கண்ணாடி போட்ட டீச்சர் வந்து ரெடி 1, 2, 3ன்னு சொல்லி வேகமா ஓடச் சொன்னாங்கம்மா, நீதான வேகமா ஓடினா சூடுவைப்பேன்னு சொன்ன, அதான் மெதுவா நடந்து போனேன்!''



எல்லோரிடமும் இதைச் (டீச்சரிடமும்தான்) சொல்லிச் சொல்லி சிரித்தோம் போங்கள்.

- சாந்தி பிரபாகரன்

யாது'' அவருடைய பதிலில் உறுதி தெரிந்தது. "உன்னை மாதிரி ஒரு அயோக்கியன் அவளுக்குத் தேவையில்லை."

அவனுக்குச் சட்டென்று கோபம் வந்து விட்டது. "அதைச் சொல்றதுக்கு நீங்க யாரு? அது நானும், அவளும் முடிவு பண்ண வேண்டிய விஷயம்."

அவனுடைய அசட்டுத்தனத்தைப் பார்த்து அவர் சிரித்து விட்டார். "இன்னும் அந்த புருஷத்திமிர் போகலை உனக்கு." கோபம் போன இடம் தெரியாமல் அவன் தலைகுனிந்து கொண்டான்.

சிறிது நேர யோசனைக்குப் பிறகு அவர் மீண்டும் பேசிய போது அவரிடம் அசாத்திய மென்மை தெரிந்தது. "நிஜமாவே சந்தியாவை உன்னோட கூட்டிக் கிட்டுப் போவியா?" தழுதழுப்போடு ஒவ்வொரு வார்த்தையாய் வெளிவந்தது.

அவன் திகைத்து நிமிர்ந்தான். "எந்த சாமி மேலே சத்தியம் பண்ணணும்னு சொல்லுங்க சார்" என்றான். அவர் மனம் மாறிப் பேசியதை இன்னும் அவனால் நம்ப முடியவில்லை. கடவுளே, இதே போல் சந்தியாவும் குளிருவாளா!

"சாமியாவது மண்ணாவது, சந்தியாவுக்கு நடந்ததையெல்லாம் பார்த்துப் பார்த்து எனக்கு அதிலெல்லாம் நம்பிக் கையே போயிடுச்சு" சலிப்புடன் சொன்னார் அவர். அவன் அவமானப்பட்டு மீண்டும் தலைகுனிந்து கொண்ட போது, "உன் பொண்ணு மேல சத்தியம் பண்ணுவியா?" என்றார் சட்டென்று.

அவன் மீண்டும் ஆச்சரியத்தில் திளைத்துப் போனான். "என் பொண்ணு?" என்றான் நம்ப முடியாதவனாய்.

அவர் குரலில் மீண்டும் வெறுப்பு ஏறிப் போயிருந்தது. "அப்பன் முகம் தெரியாம வளரப் போகிற குழந்தை, ஆம்பளையாய் பொறக்கணும்னு நாங்க வேண்டாத தெய்வமில்லை. ஆனா அந்த கடவுளுக்கும்தான் சந்தியா மேல இரக்கமில்லையே, பொண்ணுதான் பொறந்தது. மாலதின்னு பேர்" என்றார்.

"மாலதி" அவன் ஒருமுறை மெல்ல சொல்லிப் பார்த்துக் கொண்டான். பதினைந்து வருடத்தின் கெட்ட நினைவுகளெல்லாம் சட்டென்று மறந்து விட்டது போலிருந்தது. உடலெங்கும் சிலிர்த்து ஒரு பரவச மின்சாரம் ஓடியதைப் போல, என் மகள், என் வித்து, என் ரத்தம்! அவனுக்கு உடனே அவளைப் பார்க்க வேண்டும் போலிருந்தது.

அவளைப் பார்க்க வேண்டும் என்று

கேட்டால் பெரியவர் என்ன சொல்வார் என்று யோசித்தான், இப்போதுதான் ஓரளவு தணிந்திருக்கிற வேதாளம் மீண்டும் முருங்கை மரத்தின் மேல் ஏறிக் கொண்டு விடுகிற வாய்ப்பிருக்கிறது. முள் மேல் விழுந்த ஆடையைப் போல இந்த விஷயத்தைக் கவனமாய்க் கையாள வேண்டும் என்று அவன் நினைத்துக் கொண்டான்.

ஆனாலும் மகளைப் பார்க்கிற ஆவலைக் கட்டுப்படுத்த முடியவில்லை. எப்படி இருப்பாள் அவள்? என்னைப் போலவா, சந்தியா போலவா? எத்தனை வயதிருக்கும் இப்போது? அவன் தன் மனைவியை விட்டுப் போய் எத்தனை வருடமாகிறது என்று மனக்கணக்குப் போட ஆரம்பித்தான். சுத்தமாய் பதினைந்து வருடம். இப்போது அவன் மகளுக்கு பதினாலரை வயதிருக்கலாம். அவளைப் பார்க்க முடியுமா? மகளுக்காக ஏதும் வாங்கி வராததற்காக அவன் மிகவும் வருத்தப்பட்டான். சந்தியாவுக்கு வாங்கி வந்திருக்கிற வைர நெக்லெஸை அவளுக்குக் கொடுத்து விடலாமா?

சந்தோஷமான நினைப்புகளோடெல்லாம் ஒரு சோகமும் வந்து புரள்வது செய்த பாவத்தின் சம்பளம். மகளின் வயதுக் கணக்குப் போட்டபோதே, சந்தியாவின் சோகத்துக்குப் பதினைந்து வயது என்பதும் அவன் நினைவுக்கு வந்தது. அந்த நினைப்பில் அவன் தனக்குள்ளே உறைந்து போனான். யார் மன்னித்தால் என்ன? மன்னிக்காவிட்டால் என்ன? உள்ளே இருக்கிற நீதிபதி தன்னை மன்னிப்பதே இல்லை. பிறருக்குச் செய்கிற ஒவ்வொரு துரோகமும் ஆறாத புண். காலத்துக்கும் இதயத்தில் ரத்தம் கசிந்து கொண்டுதான் இருக்கும்.

"என்ன பேச்சையே காணோம்? சந்தியா ஒத்துகிட்டா அவளை உன்னோட கூட்டிக்கிட்டுப் போய் ஒழுங்கா வெச்சுப்பேன்னு உன் பொண்ணு மேலே சத்தியம் பண்ணித் தாரணும், முடியுமா?" என்றார் அவர் கையைக் கட்டிக் கொண்டு. மிரட்டல் போல இல்லாமல், அவர் குரலின் தொனி வேண்டுதல் போல ஆகியிருந்தது. பெண்ணைப் பெற்றவர்.

அவனும்தான் பெண்ணைப் பெற்றவன். அவனும் வேறொரு நாளில் இன்னொருவர் முன்னால் தன் பெண்ணுக்காகக் கையைக் கட்டிக் கொண்டு நிற்பது போல் அவன் கற்பனை செய்து பார்த்தான். தலையை உலுக்கி அந்த யோசனையைக் கலைத்தான். 'கடவுளே, என் பெண்ணுக்கு அப்படி எதுவும் நடந்து விடக் கூடாது'.

காலமும், கடவுளும் கைகட்டிக் கொண்டு அவனைப் பார்த்து சிரிப்பது போல் இருந்தது. 'படவா, உனக்கு ஒரு நியாயம், ஊருக்கு ஒரு நியாயமா?' என்று அதட்டிய கடவுளின் முகம் அவன் மாமனாரைப் போலவே இருந்தது.

அவன் பதில் சொல்வதற்குள் ஒரு பெண் ஆரஞ்சு நிற பனியனோடு சப்திக்காத கால் ஷூக்கள் அணிந்து மெல்லமாய் ஓடி வந்து அவர்களை நெருங்கியது. "தாத்தா, இங்கே என்ன பண்ணிட்டிருக்கே? அம்மா வெய்ட்டிங் ஃபார் மில்க்" என்றாள்.

அவன் தொடர்கிற தன் அதிர்ஷ்டங்களை நம்ப முடியாதவனாய் அந்தப் பெண்ணைச் சரியாய்ப் பார்ப்பதற்குள், அவள் அவனைப் பார்த்து விட்டாள், சட்டென்று அவள் நெற்றியில் குழப்பக் கோடுகள் படர, அங்கிருந்த நேர்க்கோடான ஸ்டிக்கர் பொட்டு பாம்பைப் போல நெளிந்து போனது.

ஒரு சிறிய யோசனைக்குப் பிறகு, "டாடி, நீங்கதானா?" என்றாள் அவள்!

(தொடரும்)





என்னுடைய மகன் ராமசாமிக்கு மூன்று வயதாக இருக்கும் பொழுது நாங்கள் குடியிருந்த வீட்டின் மாடிக்கு ஏறும்போது நான் 'அம்மாடி' 'அப்பாடி' என்று கூறிக் கொண்டு மெதுவாகப் படியேறிச் செல்வேன். அப்பொழுது என்னுடைய மகன் ராமசாமி எனக்கு முன் படியேறிச் செல்வான். அப்படிச் செல்லும் போது 'அம்மாடி' 'அப்பாடி' 'ஆச்சி ஆடி' 'சித்தப்பா ஆடி' 'வள்ளி அத்தை ஆடி' என்று வீட்டிலுள்ள எல்லோர் பெயரையும் சொல்லிக் கொண்டே ஏறுவான். அதைக் கேட்டு நானும், வீட்டிலுள்ள அனைவரும் சிரிப்போம்.

- வி. திலகம்

8

மனதில் உறுதி வேண்டும்

வாஸந்தி

திருமணங்களில் நாம் செய்யும் ஆடம்பரத்தைப் பற்றி நினைக்கும் போது நான் சந்தித்த ஒரு இளைஞனின் நினைவு வருகிறது. தில்லியிலிருந்து சென்னைக்குப் பயணம் செய்யும் போது அவனை ரயிலில் சந்தித்தேன். மிக் புத்திசாலியான நல்ல எண்ணங்கள் கொண்ட பையன். திருமணமாகி இரண்டு வருடம் ஆகியிருந்தது. திருமணத்தில் நடக்கும் ஆடம்பரச் செலவைப் பற்றிப் பேச்சுத் திரும்பிற்று. அதற்குப் பெண்கள்தான் காரணம் என்று அவன் அடித்துச் சொன்னான்.

அவனுக்குத் திருமணம் நிச்சயமான போது அவனுடைய தாய் சொன்னாராம், பெண்ணுக்குப் பிள்ளை வீட்டார் தரப்பில் ஒரு புடவை எடுக்க வேண்டும் என்று. அவனே செலவழிக்க வேண்டிய சூழல். நல்ல வேலையில் சேர்ந்திருந்தான் என்றாலும், சேர்ந்து இரண்டு ஆண்டுகளே ஆகியிருந்ததால் சேமிப்பு என்று அதிகம் இருந்திருக்க முடியாது. இருந்தாலும் புது மனைவிக்குப் புடவை எடுக்க அவனுக்கும் ஆசைதான். அதனால் அம்மாவுடன் புடவைக் கடைக்குச் சென்றான். மணப்பெண்ணும் வந்தாள் என்பது அவனுக்குக் கிளுகிளுப்பைத் தந்திருக்க வேண்டும்.

ஆனால் அவனுடைய அம்மா எடுத்த புடவை கடைசியில் அவன் தலையைக் கிறுகிறுக்கச் செய்தது. பத்தாயிரம் ரூபாய்க்குப் புடவை எடுக்க முடியும் என்று அவன் நினைத்துக் கூடப் பார்த்ததில்லை. ஒன்றரை அடிக்கு ஜரிகை பார்டரும் இரண்டு மூன்று அடி தங்கத் தகடு போல இருந்த ஜரிகைத் தலைப்பையும் கொண்ட அந்தப் புடவையில் தனது வருங்கால மனைவி அதிக அழகாக இருப்பாள் என்று அவனுக்குத் தோன்றவில்லை.

இத்தனை விலையா என்று அவன் கேட்டபோது, அப்படி எடுத்தால்தான் மதிப்பு என்று தாய் அடக்கி விட்டாராம். கல்யாணப் பெண்ணும் புடவைப் பிடித்து விட்டது என்று சொன்னதால் வேறு வழி

யில்லாமல் கூச்சப்பட்டுக் கொண்டு புடவையை வாங்கினதாகவும், உண்மையில் அந்தச் செலவு தன்னை வெகுவாக உலுக்கி விட்டதாகவும் அந்த இளைஞன் சொன்னான்.

கல்யாணமான பிறகு மெல்ல மெல்ல அந்த விஷயத்தை அவன் மறந்து போனாலும், மனைவியுடன் ஒரு சின்ன மனஸ்தாபம் வரும்போதெல்லாம் அந்தப் புடவைக்குப் பத்தாயிரம் ரூபாய் கொடுத்தது நினைவுக்கு வந்து, வெறுப்பு அதிகமாகிறது என்றான்.

திருமணத்தன்று அந்தப் புடவையை உடுத்தியதோடு சரி. பிறகு அவள் அதைக் கட்டவேயில்லை. அவனுக்கு எளிமையான உடைதான் பிடிக்கும்.

"எளிமையான உடையில்தான் என் மனைவி அழகாக இருப்பதாகத் தோன்றுகிறது. அந்த ஜரிகைப் புடவையில் அவள் அசிங்கமாக இருப்பதாகத் தோன்றுகிறது" என்றான் இளைஞன்.

அந்தப் புடவையினால் அவனுக்கு ஏற்பட்ட அதிருப்தியையும் மனஉளைச்சலையும் தனது தாய் புரிந்து கொள்ளவேயில்லை என்பது அவனுக்கு அதிக ஏமாற்றத்தை அளித்தது. அம்மாவின் வீண் பெருமைக்குத்தான் சமாதானம் என்றான் அவன் கசப்புடன். அவனுடைய தாய் மேல் இருந்த மதிப்பு இந்தச் சம்பவத்தினால் வெகுவாகச் சரிந்து போயிருக்கும் என்று நான் நினைத்துக் கொண்டேன்.

குழந்தைகளின் பார்வையில் பெற்றோர்களைப் பற்றின மதிப்பீடுகள் சரிவது மிகப் பெரிய இழப்பு. இந்த இளைஞனின் கதையில் இன்னொரு விஷயமும் இருப்பதைக் கவனிக்க வேண்டும். மனைவி மீது கோபம் வரும்போதெல்லாம் அந்தப் புடவைக்குச் செய்த செலவு நினைவு வந்து வெறுப்பேற்றுவதாகச் சொன்னான். மனைவி மீது ஏன் கோபம் வர வேண்டும்?

அவனுடைய தாய்தானே வாங்கச் சொன்னார்? வாங்கும் சமயத்தில் அந்தப் பெண்ணும் கூட இருந்தாள். இத்தனை விலை கொடுத்து எனக்குப் புடவை வேண்டாம் என்று அவள் சொல்லியிருக்கலாமே? சொல்வாள் என்று அவன் எதிர்பார்த்தான். அவள் சொல்லாதது அவனுக்கு ஏமாற்றம். ஆனால் கூச்சத்தினால் அன்று அவனால் எதுவும் சொல்ல முடியவில்லை. அதை நினைத்துத்தான் அவனுக்கு இப்பொழுது கோபம் வருகிறது.

கொஞ்சம் கூட யோசனையில்லாமல், வீண் பகட்டுக்காக நடந்த ஒரு செயலின் தாக்கம் இப்படி இருக்குமானால், இப்படி தினசரி நடக்கும் ஆயிரக்கணக்கான திருமணங்களினால் அத்தனை குடும்பங்களிலும் எப்படிப்பட்ட தாக்கம் இருக்கும்!



திருமதி லக்ஷ்மி ராஜாமணி : (மால்குடி சுபாவின் அம்மா)

"என் மகளைப் பார்த்து எனக்கு எப்போதுமே பெருமைதான். சமீபத்தில் ஒருநாள் ஏதோ ஒரு காரணத்தினால் என் மனம் சோர்வடைந்திருந்தது. அப்போது அவள் வெளியிட்டிருந்த 'சரணாகதி' கேசட்டைப் போட்டுக் கேட்ட போது அப்படியே என் கவலையெல்லாம் நீங்கி மனம் பரவசமடைந்தது. அந்த க்ஷணம், இத்தனை பக்தியுடன் பாடியிருக்கும் என் மகளை நினைத்து அளவில்லா பெருமையடைந்தேன். சங்கீதத்தின் மூலம் மக்களுக்குச் சந்தோஷம் கொடுக்க என் மகளால் முடிகிறது என்று நினைக்கும் போது பெருமையாக இருக்கிறது."



நான் தில்லியில் இருந்த போது கமலாதேவி சட்டோபாத்தியாவை அடிக்கடி சந்தித்துப் பேச வாய்ப்பு கிடைத்தது. பாரத சுதந்திரப் போராட்டத்தில் மிகுந்த ஈடுபாட்டுடன் கலந்து கொண்டவர். மகாத்மா காந்தியின் கொள்கையினால் ஈர்க்கப்பட்டவர். எண்பது வயதிலும் மிக அழகாக இருப்பார். மிக தீர்க்கமாகப் பேசுவார். பெண்களிடம் மாற்றம் வந்தால் தான் சமூகம் மாறும் என்று சொல்வார். ஆனால் இப்பொழுது பெண் கல்வி, அறிவு அதிகரித்திருந்தாலும் தார்மீக மதிப்பீடுகள் குறைந்து விட்டன என்று அவர் நினைத்ததில் வியப்பில்லை.

"இன்றைய இளம்பெண்களைப் பார்க்கும் போது எனக்கு அதிர்ச்சியாக இருக்கிறது" என்பார். "அவர்களுக்குத் தங்களுடைய உருவம், அலங்காரம் இதைப்



திருமதி சுசீலா விஸ்வநாதன் :
(விஸ்வநாதன் ஆனந்துடைய அம்மா)

''ஆனந்த் முதன் முறையாக உலக செஸ் போட்டியில் வென்றதை என்னால் மறக்கவே முடியாது. நான் கம்ப்யூட்டரில் அவன் விளையாட்டைப் பார்த்துக் கொண்டுதான் இருந்தேன் என்றாலும் போட்டி முடிந்து அவன் வென்ற விஷயம் தெரிந்தவுடன் எனக்கு ஃபோன் செய்து தான் 'வேர்ல்ட் சாம்பியன் ஷிப்' வென்றதை ஆனந்த் எனக்குத் தெரிவித்த போது அளவில்லா ஆனந்தமடைந்தேன். அந்தப் போட்டிக்குப் போவதற்கு முன் அவன் எத்தனை கடினமாக உழைத்தான் என்பது எனக்குத் தெரியும்.

ஆரம்பக்கட்டத்தில் நான் அவனுக்கு செஸ்ஸை அறிமுகப்படுத்தியிருந்தாலும் இன்று அவனுடைய விளையாட்டைப் பார்த்து ஆமோதிக்கத்தான் என்னால் முடியும்.''



பற்றியே அதிக சிந்தனை இருப்பதாகத் தோன்றுகிறது. படித்த பெண்கள் கூட நாட்டைப் பற்றியோ சமூகத்தைப் பற்றியோ சமூகப் பிரச்னைகள் பற்றியோ யோசனை இல்லாமல் தங்களது தனிநபர் வாழ்க்கை சௌகர்யமாக இருந்தால் போதும் என்று நினைக்கிறார்கள்.

கல்லூரியில் படிக்கும்போதே திருமணம் ஒன்றே வாழ்வின் குறிக்கோள் என்று நினைக்கிறார்கள். அதற்காகப் பெற்றோர்கள் நகைகளும் புடவைகளும் கொடுக்க வேண்டியது அவர்களது கடமை என்பது போல எதிர் பார்க்கிறார்கள். அது மட்டும் அல்ல. அடாவடித்தனமாக பெற்றோரிடம் கேட்கும் பெண்களைப் பற்றியும் எனக்குத் தெரியும்" என்றார் கமலாதேவி.

"தங்களைத் தாங்களே அவர்கள் சிறுமைப்படுத்திக் கொள்கிறார்கள் என்று எனக்கு அதிர்ச்சி ஏற்படுகிறது. கொஞ்சமும் பொறுப்புணர்வு இல்லாத இந்தப் பெண்களால் சமூகத்திற்குத் தீங்கல்லவா ஏற்படும்? இவர்களால் தங்கள் குழந்தைகளுக்கு நல்ல மதிப்பீடுகளைச் சொல்லித் தர முடியாது. பெண்கள் அறிவற்றவர்களாக இருந்தால் நாடு எப்படி உருப்படும்?"

கமலாதேவி விட்ட பெருமூச்சு எனக்கு இன்னமும் நினைவில் நிற்கிறது. இந்தக் கவலையுடனேயே அவர் இறந்து போனார் என்று நினைக்கிறேன்.

பெண்ணாகப் பிறந்தவளுக்குத் திருமணம் ஒன்றே கதி மோட்சம் தருவது, விடிவைத் தருவது என்கிற எண்ணம் நமது எண்ணங்களின் அடி ஆழத்தில் வேரூன்றிப் போயிருக்கிறது. பிள்ளை (ஆண்)யைப் பெற்றவன்தான் புத் என்று நரகத்திலிருந்து தப்பிப்பான் என்ற எண்ணம் போல (ஆண் குழந்தை பெறாமல் இறந்து போனவர்கள் எந்த நரகத்துக்குச் சென்றார்கள் என்ற செய்தியை இதுவரை யாரும் திரும்பி வந்து சொல்லவில்லை) திருமணம் செய்து கொள்வதே, பெண்மைக்கு முழுமை தரும், மதிப்பு தரும் என்கிற எண்ணம் படித்த, வயது வந்த பெண்களையும் ஆட்டிப் படைக்கிறது.

நான் திருமணத்துக்கு எதிரி அல்ல. உலகம் தோன்றிய காலத்திலிருந்து ஆணும் பெண்ணும் கூடி வாழ்ந்து சந்ததியைப் பெருக்குவது உலக நியதி. உலக இயல்பு. ஆனால் இன்றைய காலகட்டத்தில் நாம் மிகவும் முரண்பட்ட வாழ்வு வாழ்வதால் அதில் அதிகபட்சம் சிக்கித் தவிப்பது பெண்கள்தான். மத்தியவர்க்கத்தை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். பெண்களை ஆண்களுக்குச் சமமாகப் படிக்க வைக்கிறோம். உத்தியோகம் பார்க்க அனுப்புகிறோம். அவர்கள் சம்பாதிக்கும் பணத்தை வாங்கிக் குடும்பத்துக்குச் செலவழிக்கிறோம். ஆனால் அவள் எத்தனை படிப்பு படித்தாலும் ஒரு ஆண் மகனுக்கு அடங்க வேண்டியவள், கழுத்தை நீட்ட வேண்டியவள், வேறு வீட்டிற்குச் செல்ல வேண்டியவள் என்பதைத் தினமும் வலியுறுத்துகிறோம்.

சுயமாகச் சிந்திக்கக் கற்றுக் கொடுக்காத பள்ளிகளிலும் கல்லூரிகளிலும் படித்து, கட்டுப்பாடுகள் நிறைந்த குடும்பங்களில் வளர்ந்த பெண்களின் எண்ணமெல்லாம், தங்கள் திருமணத்தில்தான் தங்கள் விடிவு என்பதில் உறைந்து போகிறது.

(தொடரும்)

தாயில்லாமல் நானில்லை!...

திரு. ஏவி.எம். சரவணன்
(திரைப்படத் தயாரிப்பாளர்)



'ஒவ்வொரு மனிதனின் வெற்றிக்குப் பின்னாலும் ஒரு பெண் இருக்கிறாள்' என்பது என் பெற்றோர் விஷயத்தில் மட்டுமல்ல, என் விஷயத்திலும் உண்மையாக இருக்கிறது. என் தந்தையான திரு. ஏவி. மெய்யப்பன் அவர்களின் வெற்றிக்கு உறுதுணையாக என் தாய் இருந்தார் என்பது அனைவரும் அறிந்த உண்மை. அது மட்டுமல்ல, என்னையும், என் சகோதரர்களையும் வெற்றி பெறச் செய்ததும் அவரே.

இரண்டாம் உலக யுத்தம் நடந்தபோது, 'எவாக்குவேஷன்' சென்னையில் தீவிரமாக இருந்தது. சென்னையை விட்டு குண்டு வீச்சுக்குப் பயந்து அவரவர்களின் ஊர்களுக்குப் போய் விட்டனர். அப்போது மதுரையில் நாங்கள் இருந்தோம். நான்கு வயதான எனக்கு உடல்நலம் சரியில்லாமல் போனபோது மதுரையில் உள்ள டாக்டர்கள் கைவிட்ட போதும் தைரியமாக என் அம்மா மட்டும் என்னைக் கூட்டிக் கொண்டு தன்னந்தனியாக ரயிலில் சென்னைக்கு வந்தார். ஒரு வாடகை வீட்டில் இருந்து கொண்டு, புரசைவாக்கத்தில் எம்.என். பிரபு என்ற டாக்டரிடம் காட்டிக் குணப்படுத்தப் பட்ட சிரமங்கள் கொஞ்ச நஞ்சமல்ல. அம்மாவின் தைரியத்தினாலும், விடாமுயற்சியினாலும்தான் நான் உயிர் பிழைத்தேன்.

• கிருஷ்ணா ஸ்வீட்ஸ் முரளி



நாங்கள் நான்கு சகோதரர்கள், ஒரு சகோதரி. மூத்தவர் முருகன், அடுத்து என் சகோதரி மீனா, அடுத்தது குமரன், அதற்கடுத்தது நான், கடைசியாகப் பாலசுப்ரமணியன். நாங்கள் எங்கு போனாலும், மூத்தவர் முருகன், சின்ன அண்ணன் குமரன், நான் ஆகிய மூவரும் சேர்ந்தே போவோம். நாங்கள் வெளியே எங்கு செல்கிறோம் என்பதை அம்மாவிடம் சொல்லி விட்டுக் குறிப்பிட்ட நேரத்தில் வந்து விட வேண்டும். எங்களுடன் எங்கள் நண்பர்கள் வரலாம். ஆனால் யார் வீட்டிற்கும் செல்ல எங்களுக்கு அனுமதி கிடையாது. எங்கள் நால்வருக்கும் நல்ல தரமான பருத்தி உடையை வெள்ளை நிறத்தில் ஒரே மாதிரி தைத்துத் தருவார் அம்மா. அதே பழக்கம் என் இரத்தத்தில் ஊறி விட்டதால் இன்றும் நான் வெள்ளை நிற உடையையே எப்போதும் அணிகிறேன்.

ஒவ்வொரு மனிதனும் பூமியில் பிறக்க முதல் காரணம் தாய். ஈன்றெடுப்பதோடு மட்டுமல்லாமல் நல்ல மகனாக, மகளாக வளர்த்து கல்வி, நல்ல பழக்க வழக்கங்களை ஏற்படுத்தி வாழ்க்கையை அமைத்துக் கொடுப்பவளும் அவளே. அப்படி தன் வாழ்க்கையில் தாய் எத்தனை சிரமங்களை ஏற்று, தியாகங்களைச் செய்து இன்று நம்மை நல்வழிப்படுத்தியிருக்கிறார் என்பதைப் பற்றிச் சில பிரபலங்கள் இங்கே மனம் திறக்கிறார்கள் -





• ஏவி.எம். சரவணன் தாயாருடன்...

சிறு வயதில் எனக்கு சினிமா பார்ப்பதே பிடிக்காது. அதனால் என் அம்மாவும் சினிமாவிற்குச் செல்லக் கூடாது என்று அடம்பிடிப்பேன். அதனால் நான் தூங்கும்போது அம்மாவின் சேலை தலைப்பை கையில் முடித்து வைத்துக் கொள்வேன். நான் உறங்கிய பிறகு, அந்தப் புடவையை என் கையில் விட்டு, வேறு புடவை அணிந்து செல்வார் அம்மா.

அத்தனை தூரம் சினிமாவையே வெறுத்த என்னை சினிமா தயாரிப்பாளராக்கியது அம்மாதான். அம்மா ஒரு தீர்க்கதரிசி. ஒரு சமயம் எங்கள் நிறுவன சட்ட ஆலோசகரும் என் தந்தையின் நண்பருமான எம்.கே. ஸ்ரீனிவாசன் அவர்கள் எங்களை வேறு வியாபாரத் துறையில் ஈடுபடுத்தலாமென்று யோசனை கூறிய போது, அம்மாதான் நாங்கள் 'சினிமாத் துறையில்தான் இருக்க வேண்டும். வேறு எந்தத் துறைக்கும் செல்லக் கூடாது" என்று கூறினார். அவர் அன்று அப்படிக் கூறியதால்தான் நாங்கள் தொடர்ந்து ஐம்பது ஆண்டுகளையும் கடந்து, சினிமாத் துறையில் பணியாற்றி வருகிறோம்.

ஆண் குழந்தைகள்தானே என்று கட்டுப்பாட்டைக் கொஞ்சம் கூட தளர்த்தியதில்லை என் அம்மா. சிறு வயதில் சைக்கிள் கற்றுக் கொள்ளும் போது வீட்டிற்குள் தான் ஓட்ட வேண்டும். வெளியே ரோட்டில் ஓட்டக் கூடாது என்று மிகவும் எச்சரிப்பார்.

கோடம்பாக்கத்தில் ஸ்டுடியோ அருகில் எங்களுக் கெல்லாம் தனித்தனி வீடு கட்டிக் கொடுத்தார் என் தந்தையார். அங்கு ஏழு வருடங்கள் வசித்து வந்தோம். என் வீட்டிற்கு 'ராஜேஸ்வரி இல்லம்' என்று அம்மாவின் பெயரைத்தான் வைத்திருந்தேன். பிறகு ராதாகிருஷ்ணன் சாலையில் உள்ள ஏவி.எம். அவின்யூவிற்கு நாங்கள் வந்த பிறகும் என் வீட்டிற்கு அம்மாவின் பெயரையே வைத்தேன். அப்போது "ஏற்கெனவே என் பெயர் வைத்த வீடு விற்கும்படி ஆகிவிட்டது. இந்த வீட்டிற்கும் ஏன் என் பெயரையே வைக்கிறாய்?" என்று அம்மா கேட்டார்.

"அந்த வீட்டில் எங்களுக்கு ஒரு குறையும் இல்லை. நிம்மதியாக வாழ முடிந்தது. விற்றபோதும் நல்ல லாபம் கிடைத்தது. என்னைப் பொறுத்தவரை என் வீட்டிற்கு உங்கள் பெயரை வைப்பதே

• தேவிபாலா குடும்பத்தினருடன்...



ராசியானது" என்றேன். இதனால் அம்மாவைத் தேடி வரும் பலர் என் வீட்டிற்கு வந்து விட்டுப் பிறகு அம்மாவின் வீட்டிற்குச் செல்வார்கள்.

அம்மாவிடமிருந்து நான் கற்றுக் கொண்ட பெரிய பாடம் விடாமுயற்சி. அவர் தன் சொந்த முயற்சியில் தமிழ், ஆங்கிலம், இந்தி ஆகிய மூன்று மொழிகளையும் படிக்க, எழுத கற்றுக் கொண்டிருக்கிறார். தந்தையார் விட்டுச் சென்ற பணிகளை இன்றும் தொடர்ந்து செய்து வருகிறார். அவர் காட்டிய பாதையில் நாங்களும், என் சகோதரர்களும் எங்கள் நிறுவனமும் தொடர்ந்து பணி புரிவோம்.

திரு. முரளி - உரிமையாளர் - ஸ்ரீ கிருஷ்ணா ஸ்வீட்ஸ்

ஒருவன் தன் பொருளாதார நிலையை உயர்த்திக் கொள்ள, வியாபாரத்தில் வெற்றி பெற தந்தை வழிகாட்டியாக விளங்குவார். ஆனால் நல்ல மனித நேயத்துடன், குணசாலியாக, நல்ல மனிதனாக அவன் விளங்க தாய்தான் ஆதாரமாக இருப்பார். தாயன்பு என்பதை ஒவ்வொரு மனிதனாலும் உணரத்தான் முடியுமே தவிர, வார்த்தைகளால் விவரிக்க முடியாது. என்னுடைய தாயின் அன்பு உன்னுடைய தாயின் அன்பை விடச் சிறந்தது என்று கணக்கிட முடியாது.

நானும், என் சகோதரர் கிருஷ்ணனும் இன்று எந்தக் கெட்ட பழக்கங்களுக்கும் அடிமையாகாமல் தரமான வாழ்க்கையை நடத்துகிறோம் என்றால் அதற்கு என் தாயின் கவனிப்பே காரணம். என் சிறு வயதில் என் பிறந்த நாள் அன்று என் நண்பர்களை உணவு உண்டுகளிக்க வீட்டிற்கு அழைத்திருந்தேன். விருந்து முடிந்ததும் அனைவருக்கும் பீடா தரப்பட்டது. அன்றுதான் நான் முதன் முதலாக பீடாவைச் சாப்பிட்டேன். அதைப் பார்த்து விட்ட என் அம்மா என் அருகில் வந்தார். கண் நிறைய கண்ணீர் தேங்கி இருந்தது.

"பெரிய மனுஷன் ஆகிவிட்டாய் போலிருக்கிறது. இப்படித்தான் கெட்ட பழக்கங்கள் ஒவ்வொன்றாக ஆரம்பிக்கும். பிறகு உன் குணங்களைக் கெடுத்து விடும்" என்று கண்டிப்பாகச் சொன்ன தோரணை இன்றும் என் நினைவில் நிற்கிறது.

இதுவரை என் அம்மா எங்களைச் சத்தம் போட்டு திட்டியதில்லை. சிறு வயதில் கூட கைநீட்டி அடித்ததில்லை. ஆனால் அவரின் அணுகுமுறை வித்தியாசமான ஒன்று. நாங்கள் தவறு செய்தால் அவர் தன்னை வருத்திக் கொள்வார். வருத்தத்தில் சாப்பிடாமல் பட்டினி கிடப்பார். அவர் எங்களை வளர்க்க பட்ட கஷ்டங்கள், முகம் சுளிக்காது கவனித்துக் கொண்ட அரவணைப்பு, அன்பு கலந்த கண்டிப்பு ஆகியவை மறக்க முடியாத விஷயங்கள்.

வியாபார நிமித்தமாக ஸ்ரீ கிருஷ்ணா ஸ்வீட்ஸ் கிளைகளைச் சென்னையில் தொடங்கலாம் என்று திட்டமிட்டு சென்னைக்குக் கிளம்பிய போது என்னைப் பிரிய மிகவும் வருந்தினார் என் தாய். இருந்தாலும், "தைரியமாகப் போய் வா! நீ உன் முயற்சியில் வெற்றி பெறுவாய்" என்று மனதார ஆசிர்வதித்ததும் அம்மாதான்.

அம்மாவின் அனுபவங்களைக் கொண்டு சில தத்துவங்களை நமக்குச் சொல்வார். "வியாபாரத்தில் முன்னேறுவும் என்கிற நல்ல நோக்கம் இருக்க வேண்டும். ஆனால் பொருளாதார நிலைமையைக் கவனிக்கும் போது நம்மை விடத் தாழ்ந்திருப்பவர்

"அம்மா"வென



அகமகிழ்ந்தேன்!

திருமதி சீதாலக்ஷ்மி சதாசிவன் : (வழக்கறிஞர் சுதா ராமலிங்கத்தின் தாயார்)

''என் மகளைப் பார்த்து நான் பெருமையடைந்த விஷயங்களை தனியாகப் பிரித்துக் கூற முடியாது. ஒரே மகளாக இருந்தாலும் மிகவும் அனுசரணையாக நடந்து கொள்பவள். என் கணவர் மறைந்த இந்த நான்கு - ஐந்து ஆண்டுகளாக அவள் கூடத்தான் இருக்கிறேன். அலுவலகத்திலிருந்து வந்தவுடனேயே அம்மா சாப்பிட்டீங்களா என்பது போல ரொம்ப அன்பாக விசாரிப்பாள். எங்கள் குடும்பத்திலே இத்தனை பெரிய நிலைக்கு வந்தள் என் வயிற்றிலே பிறந்த மகள்தான் என்று நினைக்கிற போது ஒவ்வொரு நாளும் பெருமையாக இருக்கிறது. இத்தனை அருமையான மகளை கடவுள் எனக்குக் கொடுத்ததற்கு நான் ஒவ்வொரு நாளும் நன்றி சொல்கிறேன்.''



களைத்தான் பார்க்க வேண்டும். பகவான் நம்மை இத்தனை நல்ல நிலைமையில் வைத்திருக்கிறானே என்று நாம் சந்தோஷப்பட வேண்டும்" என்பார்.

நான் ஒருமுறை ஊருக்குச் செல்ல ரயில்வே ஸ்டேஷனுக்குச் சென்றேன். ஏகப்பட்ட கூட்டம். ரயிலடியில் ரயில் வருவதும், போவதுமாக ஒரே சத்தம். இவற்றின் நடுவே ப்ளாட்பாரத்தில் ஒரு தாய் தன் குழந்தையுடன் போர்த்தியபடி படுத்திருந்தாள். ஆழ்ந்த தூக்கத்தில் இருந்த அவளை இந்தச் சத்தங்கள் பாதிக்கவில்லை. ஜனநடமாட்டமோ, காபி, டிபன் விற்பனையோ அவளிடம் எந்தவித சலனத்தையும் ஏற்படுத்தவில்லை. சற்று நேரத்தில் திடீரென தூங்கிக் கொண்டிருந்த குழந்தை சற்று சிணுங்கியது. உடனே அந்தத் தாய் வாரி



• கமலா செல்வராஜ் - ஜெயா ஸ்ரீதர் குடும்பத்தினருடன்...

சுருட்டிக் கொண்டு எழுந்து குழந்தையை அள்ளிக் கொண்டாள். அது என்னைப் பிரமிக்க வைத்தது.

எங்கள் காலத்தில் தாயாருக்கோ, தந்தைக்கோ அதிக அளவில் அன்பை வார்த்தைகளாலோ, கொஞ்சும் மொழிகளாலோ, கட்டிப் பிடித்தோ, வெளிப்படுத்தத் தெரியாது. என் தந்தையின் அறைக்குச் சென்று விட்டால் மனம் பாதுகாப்பான உணர்வைப் பெற்று விடும். அதே போல் தாயாரைப் பார்த்த உடனேயே, இன்னும் சொல்லப் போனால் நினைத்த உடனேயே மனம் புத்துணர்ச்சி பெற்று விடும். எப்போதெல்லாம் மனம் சஞ்சலப்படுகிறதோ, கவலை அதிகரிக்கிறதோ உடனே கோயம்புத்தூருக்குச் சென்று விடுவேன்.

என் அம்மாவைப் பார்த்தாலே போதும். கவலையெல்லாம் கரைந்து விடும். சற்று நேரத்திற்கு ஒன்றும் பேச மாட்டார். ஆனால் அவரிடமிருந்து நமக்குக் கிடைக்கும் அன்பு கலந்த தீட்சண்ய பார்வையே போதும். பத்து நிமிடம் அம்மாவின் மடியில் படுத்துக் கொள்வேன். எல்லா சிரமங்களும் மறைந்து மனம் லேசாகி விடும். "நீ எங்கே தள்ளி இருந்தாலும் என் நினைவு முழுதும் உன்னோடு இருக்கும்" என்பார் அம்மா.

'நாம் தயாரித்து விற்பனை செய்யும் பொருளின் தரத்தில் கவனமாயிருக்க வேண்டும்' என்பதை அம்மா அடிக்கடி வலியுறுத்துவார். 'நல்ல விதமாக நாம் தயாரிக்கும் ஸ்வீட்டை வாங்கிச் சாப்பிடுபவர் 'நன்றாக இருக்கிறது' என்று நல்ல எண்ணங்கள் கொண்டால் அது நமக்கு நல்ல அதிர்வுகளை ஏற்படுத்தும். நன்றாக இல்லை என்று நினைத்தால் அது நம்மைப் பாதிக்கும்' என்பார்.

என் அம்மா என்னிடம் காட்டும் அன்பை நான் என் வாடிக்கையாளர்களிடம் காட்ட விரும்புகிறேன். எல்லோருக்கும் அவரவருடைய அம்மாதான் உலகிலேயே சிறந்த பெண்மணி. அதே போல் என் அம்மாவைப் போன்ற நல்ல பெண்மணிக்குக் குழந்தையாய் பிறக்க நான் தவம் செய்திருக்க வேண்டும்.

திரு. தேவிபாலா - எழுத்தாளர்

என்னுடைய எழுத்துலகில் எனக்கு ஒரு நல்ல இடத்தை, வெற்றியை, பிரபலத்தை

அனுபவியுங்கள், ஜீவா
ஓர் ஆயுர்வேதிக் சோப்பு
இதர
சோப்புகளைவிட
27 மடங்கு சிறப்பானது.

27

அனுபவியுங்கள் ஜீவா. உங்கள் சருமத்திற்கு உகந்த சோப்பு. ஜீவாவிலுள்ள 27 அத்தியாவசிய ஆயுர்வேத உட்பொருள்கள் சருமத்திற்கு ஊட்டமளித்து, மெருகூட்டி, பாதுகாக்கிறது. இதன் ஒப்பற்ற நுரை சரும துவாரங்களை திறப்பதோடு மட்டுமின்றி, இதில் நிறைந்த ஆயுர்வேத நற்குணங்கள் சருமத்தில் ஊடுருவிப் பாய்கிறது. எனவே உங்கள் சருமத்தில் இளமை, மென்மை மற்றும் பொலிவு பூத்துக் குலுங்குகிறது. மேலும் சருமத்திற்கு தருவதோ புத்துயிர்.

JEEVA

சருமம் புத்துயிர் பெறும்

From the house of Jyothy Laboratories Ltd. Shivshakti Estate, Marol, Andheri (E), Mumbai - 59

Situations/BL JEEVA/27/2002 TAM

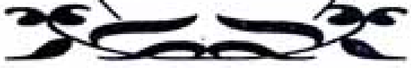


திருமதி. லலிதா
கேளுண்ணி மேனன் :
(நடிகை ரேவதியின் தாயார்)

"திரையுலகில் எப்படி, எப்படியெல்லாமோ மாறுவதற்குச் சந்தர்ப்பங்கள் நிறைய உள்ள போது எங்கள் மகள் தனக்கென்று ஒரு தனி மரியாதையை சம்பாதித்து அர்த்தமுள்ள நல்ல பாத்திரங்கள் ஏற்று நடிப்பது எனக்குப் பெருமை தேடித் தந்த விஷயம். சின்ன வயதில் அதிகமாகப் பேசாமல் இருந்த என் மகள் சினிமாவில் என்ன சாதிக்கப் போகிறாளோ என்கிற ஒரு சிறு நெருடல் இருந்து வந்தது. ஆனால் நாங்கள் கற்றுக் கொடுத்த பண்பாட்டையும், கலாச்சாரத்தையும் விட்டுக் கொடுக்காமல் அவள் சினிமாவில் சிறப்பாக வந்திருப்பது எனக்கு மிகவும் சந்தோஷமான ஒன்று. முக்கியமாகச் சமூகச் சேவையில் அவள் ஈடுபடுவது திருப்தியாக இருக்கிறது. வெற்றிகரமாக யார் வந்தாலும் அவர்களது பெற்றோர்களுக்குச் சந்தோஷம்தான். ஆனால் அடுத்தவர்களுக்கு உதவி செய்ய வேண்டும் என்று மனிதநேயத்தோடும் ஒருவர் செயல்பட்டால் அது பெருமைக்குரிய விஷயம்தானே?"







வாங்கித் தந்த தொடர்கதை ஆனந்த விகடனில் வெளியான 'மடிசார் மாமி'. அந்தக் கதையில் வரும் முக்கிய கதாபாத்திரத்தின் பெயர் ரங்கநாயகி. அதுதான் என் அம்மாவின் பெயர். அந்தக் கதை நிச்சயம் ஒரு மாஸ்டர் பீஸாக வரும் என்ற நம்பிக்கை என் மனத்தில் இருந்ததால் அந்தக் கதாபாதிரத்திற்கு அப்பெயரை வைத்தேன்.

அம்மாவின் ஆசியால் கதைக்குப் பெரிய வெற்றி கிடைத்தது. என்னுடைய அம்மா ஒரு நல்ல ரசிகை. நிறையப் புத்தகங்களைப் படிப்பார். "நான் உன்னை கர்ப்பமாக இருக்கும் காலத்தில் நிறையப் புத்தகங்களைப் படித்ததினாலேயே நீ ஒரு எழுத்தாளனாகியிருக்கிறாய்" என்று மகிழ்ந்து போவாள் அம்மா.

இன்று நான் எழுத்துலகில் ஒரு நல்ல பெயரைப் பெற பின்பலமாக இருந்தவர் என் அம்மாதான். நான் தான் வீட்டிலே கடைசி பிள்ளை. எனக்கு ஒரு அண்ணனும், இரு சகோதரிகளும் இருக்கின்றார்கள். என்னுடைய பெற்றோர் எங்கள் நால்வருக்கும் நல்ல சுதந்திரம் கொடுத்து வளர்த்தனர். நாங்களும் அவர்கள் அளித்த சுதந்திரத்தைத் தவறாகப் பயன்படுத்தாமல் கூடுமானவரை ஆக்கப்பூர்வமாகப் பயன்படுத்தி வளர்ந்தோம்.

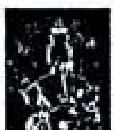
என்னுடைய அப்பா ஒரு ரயில்வே அலுவலக ஆபீஸர். அதனால் காலையிலே கிளம்பிப் போய் விடுவார். நாங்களும் அவரவர் நேரத்திற்கேற்ப சாப்பிட்டுப் பள்ளிக்கும், கல்லூரிக்கும் சென்று விடுவோம். அதனால் காலை வேளையில் யாருக்கும் ஒருவருடன் ஒருவர் பேசக் கூட நேரமிருந்ததில்லை. அதனால் இரவு உணவின் போது அனைவரும் ஒன்றாக அமர்ந்து பேசி, நாள் முழுதும் நடந்த நிகழ்ச்சிகளைப் பரிமாறிக் கொள்ள வேண்டும் என்ற பழக்கத்தை என் அப்பா ஏற்படுத்தியிருந்தார்.

காலப்போக்கில் இப் பழக்கம் என் உடலில் ஊறிப் போய் விட்டது. பிற்காலத்தில் நான் எழுத்தாளனாக மாறிய பிறகும், அன்றாடம் நடக்கும் நிகழ்ச்சிகளை மாலையில் அம்மாவிடம் சென்று சொல்வேன்.

ॐ *Jai Jai Sankara Hara Hara Sankara*

LUCKY GANESSHA / அதிர்ஷ்ட பிள்ளையார்

விநாயகர் சதுர்த்தி உங்கள் சந்தோஷங்களுக்கு ஆரத்தி...



உங்கள் குடும்பத்தின் தேவைகள் அனைத்தும் பூர்த்தியாகி.... உங்கள் மனதிலுள்ள குறைகள் அனைத்தும் நிவர்த்தியாகி, விநாயகர் சதுர்த்தி ஸ்பெஷல் லக்கி கணேஷா வழங்குகிறோம். விநாயகர் சதுர்த்தி அன்று லக்கி கணேஷா வாங்கி உங்கள் சந்தோஷங்களுக்கு ஆரத்தி எடுங்கள். காஞ்சி மஹா மஹா பெரியவரின் அருள் பார்வை பெற்று ஆசியினைப் பெற்று அதிர்ஷ்ட பிள்ளையார் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது.

LUCKY GANESSHA
No.10, 1st Floor, **ALSA MALL,**
New No. 4 (Old No. 149), Montieth Road, Egmore,
Chennai – 600 008. Tel : 044 - 8554247, 7145176.
E-mail : luckyganeshas@yahoo.com

All money order / drafts should be in favour of "LUCKY GANESSHA"
Please mention your correct address with phone number.
We dont send by V.P.P. or Post. Only Through Courier.

லக்கி கணேஷாவின் விலை

	லக்கி கணேஷா		SPECIAL GOLD லக்கி கணேஷா	
அளவு	சிறியது (1.5")	மீடியம் (2")	சிறியது	மீடியம்
தமிழ்நாடு மட்டும்	Rs. 45	Rs. 75	Rs. 90	Rs. 120
வெளிமாநிலங்கள்	Rs. 60	Rs. 90	Rs. 90	Rs. 120
வெளிநாடுகள்	US $ 25.00	For one piece in all the 3 sizes include 1 Gold Lucky Ganessha		

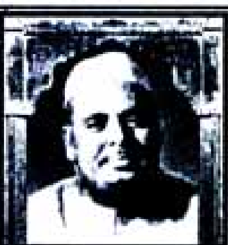
CHENNAI-Alwarpet: 4992107, 4994101 Extn. 1966, 435 4656, **AnnaNagar**: 6266980, **AshokNagar**: 4896760, **CIT Nagar**: 4342534, **K.K. Nagar**: 4896755, **Korattur**: 6350557, 6358034, **Kolathur**: 5560025, **Madipakkam**: 2422342, **Minjur**: [illegible], **MKBNagar**: [illegible], **Mylapore**: 4942178, [illegible], **Mandaveli**: 4939695, 4937329, **Nanganallur**: 2244039, **New Washermanpet**: [illegible], **Pammal**: 2481981, **Perambur**: 5517010, 5515272, **Purasawalkam**: 6403424, **Puzhuthivakkam**: 2245433, **Saligramam**: 3761733, **Vadapalani**: [illegible], **Valasaravakkam**: [illegible], **Villivakkam**: 6502154, 6170623, ● **TAMILNADU**-**Coimbatore**: 561263, **Cuddalore**: [illegible], **Erode**: 30453, 260181, 2590437, 254121, **Kanchipuram**: 37744, **Dindugal**: [illegible], **Dharmapuri**: 31109, **Karur**: [illegible], **Kumbakonam**: 425401, **Madurai**: 533686, 300486, 628965, 640354, 386501, **Mayiladuthurai**: 223090, **MetturDam**: 31713, **Palani**: 45062, **Pattukottai**: 55272, **Pollachi**: 232106, **Pondicherry**: 290473, **Rajapalayam**: 23611, **Rajamanarkudi**: [illegible], **Ranipet**: 41521, **Rasipuram**: 26907, **Salem**: 266036, 446416, **Sivakasi**: 424190, **Sholinghur**: [illegible], **Tenkasi**: 20577, **Tiruppur**: [illegible], **Thiruthuraipoondi**: 221818, **Thirukoilur**: 54500, **Thirupathur**: 20117, 22117, **Thirunelveli**: 337707, **Thiruvannamalai**: [illegible], **Thanjavur**: [illegible], **Trichy**: 770452, 513971, 714174, **Tirupur**: 206635, **Tuticorin**: 335960, **Vellore**: [illegible], **Virudhunagar**: [illegible], **Villupuram**: 23156 ● **OTHER STATES** - **Ahmedabad**: [illegible], **Bangalore**: [illegible], **Baroda**: 355501, **Calicut**: 381984, **Calcutta**: 4710240, 241 3782, [illegible], **Cochin**: [illegible], **Cuddapah**: [illegible], **Delhi**: 5035262, **Ernakulam**: 374377, **Gudhra (Gujrat)**: [illegible], **Hyderabad**: 7051189, [illegible], **Hosur**: [illegible], **Hubli**: [illegible], **Jamshadpur**: [illegible], **KarimNagar**: 43606, **Kurnool (A.P.)**: 43647, 44037, 26304, 51575, 51675, **Mahabub nagar (A.P.)**: [illegible], **Mumbai**: 4133531, [illegible], **Mysore**: 331626, 411937, **Nagpur**: 230432, 268721, **Nasik**: 464859, **New Delhi**: 6558781, 6286033, **New Mumbai**: [illegible], **Palghat**: 308401, 501116, **Pune**: 6681389, 020-5433637, **Secunderabad**: [illegible], **Trivandrum**: 358507, 451926, **Ujjain (M.P.)**: 91734-510409, **Vijayawada**: 538224, 362664, 537801, **Vishakapatnam**: [illegible] ● **FOREIGN COUNTRIES** - **London**: Devi, E-mail: [illegible]@hotmail.com, **Malaysia**: Ganeshwaran (Penang) 2644068, 2630830, Gayathri Silver Brass Cash & Carry Supermarket, Klang 03-33738181, **Singapore**: Suseela (Only Weekends) 2309344, Email: [illegible]@singnet.com.sg, Uma Ramesh [illegible], www.[illegible].com/ [illegible], **USA**: Sundeep 630-8361686, Email: sundeep1973@[illegible].com, Sreesha Rout, Ph.520 458 9066, extn 3325, E-mail: sreshtarout@rediffmail.com **[illegible] ***EARN PUNYA WITH PROFIT BE OUR AGENT INVEST ONLY RS. 3000. (FOR STOCK). FOR YOUR LOCALITY. ** SPECIAL KUBERA IN POP FIBRE @ Rs. 30/- Designed By Santosh Sivaram.**

WE HAVE NO BRANCHES IN MADRAS) **VISIT US AT www.luckyganessha.com**

ஆன்மீக உலகில் ஓர் அற்புதம்!

ஆன்ம சக்தியை அழித்து, அறிவின் திறனை குறைத்து, மனவலிமையை தகர்த்து, நிம்மதியைக் குலைத்து, வலிவை பாழாக்கி, ஆரோக்யத்தைக் குறைத்து, குடும்பத்தில் குழப்பம், தொழிலில் நஷ்டம், உத்தியோகத்தில் பிரச்சனை, கல்வியில் தோல்வி, காதலில் வீழ்ச்சி போன்ற காரியங்களை பில்லி, சூன்யம், ஏவல் இவற்றால் தீமை உண்டாகின்றன.

விண் மட்டும் விஞ்ஞானம் வளர்ந்த போதும், இவைகளுக்குத் தீர்வு அருள் மறையில் மாத்திரமுண்டு. இந்தக் குறைகளை நீக்கி எல்லாத் துறையிலும் வெற்றி பெறச் செய்கிறார் மாபெரும் தவச்சீலர் மறையகம் பாபா. உடனே அணுக வேண்டிய முகவரி



அருள்

மறையகம்

1 B, மகாலட்சுமி அப்பார்ட்மெண்ட், நெ. 3, அப்துல் ரசாக் தெரு, நூர்ஜஹான் தியேட்டர் எதிரில்(தற்போது ராஜ் தியேட்டர் என்று பெயர் மாற்றப்பட்டுள்ளது), சைதாப்பேட்டை, சென்னை – 600 015. தொலைபேசி : 435 1190, 433 2047

செல்போன் : 984 10 22192

குறிப்பு : வெளியூர், வெளிநாடுகளில் வசிப்பவர்கள் தங்கள் பிரச்சினை தீர்க்க தங்கள் பெயர், தங்கள் தாயார் பெயருடன் தங்கள் பிரச்சினைகளை எழுதி, ரூ. 10 (அ) அதற்கான அஞ்சல் தலையுடன் அனுப்பி வைத்து ஆலோசனை பெறவும்.

'அம்மா'வேண்



ஆகமகிழ்ந்தேன்!

திருமதி லலிதா சிவகுமார் :
(நித்யஸ்ரீயின் தாயார்)



"நித்யா புட்டபர்த்திக்குப் போயிருந்தபோது பாபாவே அவளைக் கூப்பிட்டு அவருக்குப் பிடித்த பாடல்களைப் பாடச் சொல்லிக் கேட்ட போது எனக்கு அப்படியே புல்லரித்துப் போய் விட்டது. அதே மாதிரி ஜீயர் சுவாமிகளும் இவர் திருப்பதி க்ஷேத்திரத்தைப் பாடியதைக் கண்களில் கண்ணீர் வழியக் கேட்டுச் சந்தோஷப்பட்டதும் மனதிற்கு ஆனந்தமாக இருந்தது."

ஒரு தோழி போல் எல்லாவற்றையும் கேட்டுக் கொள்வார். நல்ல விஷயங்களைக் கேட்டு மகிழ் வார். தவறான விஷயங்களினால் நான் பாதிக் கப்பட்டுக் கோபமடைந்தால், அதற்கேற்ற ஆறு தலைக் கூறி, எதற்கும் கோபப்படக்கூடாது என்று பக்குவமாக எடுத்துச் சொல்வார். மனதை ஸ்திரமாக வைத்துக் கொள்ள கற்றுக் கொடுத்தவர் என் அம்மாதான்.

என் அம்மாவும் அப்பாவும் நல்ல தம்பதி யர்களாக வாழ்ந்தனர். தாங்கள் வாழ்க்கை வாழ்வதே குழந்தைகளுக்காகத்தான் என்ற கருத் தோடு வாழ்ந்தனர். அனைத்து குழந்தைகளி டமும் ஒரே மாதிரி அன்பு காட்டினார்கள். மகன்களிடமும் மகள்களிடமும் பாரபட்ச மின்றி சமமான அன்பைக் காட்டி, எல்லோரும் சமம் என்ற கருத்தை வலியுறுத்தி வளர்த்தார் அம்மா.

நான் அம்மா சென்ட்டிமென்டை வைத்துப் பல கதைகள் எழுதியிருக்கிறேன். அதற்கு அம்மா பற்றிய நினைப்பு எப்போதும் மனதில் ஓடிக் கொண்டே இருப்பதே காரணம். ஒவ் வொரு எழுத்தாளனும் தன்னுடைய கதையில் ஏதாவது ஒரு கதாபாத்திரமாக ஒரு மூலையில் இருப்பார் என்பார்கள். அதே மாதிரி அநேக மாக என் கதைகளில் அம்மா ஒரு பாத்திரமாக இருப்பார்.

என் வீட்டில் என் மூத்த சகோதரிகள், என் மனைவி, என் மகள் என அனைவரையும் இணைக்கும் பாலமாக என் அம்மா விளங்கி னார். நல்ல தாயாக, மாமியாராக, பாட்டியாக திகழ்ந்தார். சென்ற வருடம்தான் என் அம்மா எங்களை விட்டு நிரந்தரமாகப் பிரிந்து விட் டார். என் அம்மாவின் இழப்பை எண்ணி எனக்குச் சமமாக வருந்துவது என் மனைவியே. அந்த அளவிற்கு அவர்களிடையே பாசம் இருந் தது. வெற்றிகளில் அவரது ஆசீர்வாதம் நிலவி யது. தோல்விகளிலும், வருத்தத்திலும் அவரது அன்பான அரவணைப்பும், ஆறுதலும், தேற்றி விடும் பக்குவமும் கிடைத்தது. இவை எதையும் இழக்க நான் விரும்பவில்லை. என் அம்மா என்னோடு நினைவுகளிலும் எழுத்துகளிலும் எப்போதும் இருப்பார்!"

டாக்டர் கமலா செல்வராஜ் - டாக்டர் ஜெயா ஸ்ரீதர்

கண்டிப்பு - கட்டுப்பாடு - இவற்றின் மொத்த உருவமாக ஒருவர் உண்டென்றால் அது எங்கள் அம்மாதான். இந்தக் காலத்தில் கொஞ்சம் உலக விவரம் தெரிந்த உடனேயே, "எனக்கு எல்லாம் தெரியும்" என்கிறார்கள் குழந்தைகள். அந்த மாதிரி ஒரு நாளும் நாங்கள் பேசி விட முடியாது. அத்தனை கண்டிப்புடன் தான் நாங்கள் வளர்க்கப்பட்டோம். ஒவ்வொரு நாளும் காலை முதல் மாலை வரை என் னென்ன செய்ய வேண்டுமென பட்டியலைப் போடுவார் அம்மா. அதில் ஒன்றைக் கூட விட முடியாது. எதிர்த்து எதையும் பேச முடியாத போது, மனம் மிகவும் கசந்து போகும்.

ஆனால் இன்று இத்தனை பொறுப்புக் களையும் சுமந்து சாதனைகளை மேலே மேலே செய்யும் உந்துதலோடு நான் செயல்படக் கார ணம் அன்று அம்மா விதித்த கட்டுப்பாடான அடிப்படை வாழ்க்கைதான். மனம் எதிலும் சிதறாமல், ஒரு குறிக்கோளுடன் செயல்பட வேண்டும் என்பதில் உறுதியாக இருந்தார் அம்மா.

ஒரு பெண்ணுக்கு மிகவும் அவசியமான ஒரு குணம் பொறுமை. இதன் மொத்த உருவம் அம்மாதான். "கல்லானாலும் கணவன், புல்லா னாலும் புருஷன்" என்பதே அம்மா அடிக்கடி சொல்லும் தாரக மந்திரம். அதனைக் கடைப் பிடித்துக் காட்டிய அம்மாவின் பொறுமையை யும், சகிப்புத் தன்மையையும் கண்டு வியந் திருக்கிறேன்.

என் அம்மாவிற்கு நிறைய படிக்க ஆசை. பட்டதாரி படிப்பைப் பெற விரும்பியும் சிறு வயதில் திருமணமாகி விட்டதால் அந்த வாய்ப்பு அவளுக்குக் கிடைக்கவில்லை. அத னால் தன் நான்கு பெண்களையும் மிக நன்றா

அழகு

மங்கையின்

கதை



நாயகி : நீங்கள்



உங்களுக்குள் மறைந்திருக்கும் அழகை வெளிக் கொண்டுவர இதுவே நேரம். அறிமுகம் ஹிமாலயா ஃபேர்னஸ் க்ரீம் ஆக்டிவ் ஆயுர்வேதாவின் சக்தியுடன். புதுப் பொலிவுடன் மின்னும் அழகுத் தோற்றத்தை உங்களுக்கு அளிக்க இயற்கை பொருட்கள் சேர்த்து செய்தது. பிரத்தியேகமாக உருவாக்கிய இந்த பார்முலேஷனில் உள்ள ரோஜா உங்களுக்கு புத்தம்புதிய, அன்றலர்ந்த மலர் போன்ற, பட்டு மேனியைத் தருகிறது. ஆரஞ்சு, கறைகளையும் கறுப்பு புள்ளிகளையும் போக்குகிறது. கற்றாழை, ஈரப்பதத்தை நல்க, அக்ரூட் சருமத்துக்கு போஷாக்கு தர, கொள்ளை அழகு கொஞ்சும் உங்களிடம்! தனியொரு வசீகர எழில் உங்களிடம் நிறையும் நேரத்தில் என்ன ஆகும்? படங்களில் நடிக்க அழைப்பு! ரசிகர் கடிதங்கள்! ஆம், உங்களுக்கே தெரியாது நீங்கள் பரிட்சித்து பார்க்கும் வரை!





நீங்களும் ஹீரோயின் ஆகணுமா?

எங்களுடைய பல வகையான ஆரோக்கிய மற்றும் அழகு பராமரிப்பு தயாரிப்புகள் பற்றிய விவரங்களுக்கு எழுதவும்:
Corporate Communications, The Himalaya Drug Company, Makali, Bangalore 562 123, ✆: 080-371 4444, E-mail: write.to.us@himalaya.ac Visit us at: www.himalayahealthcare.com

CONTRACT-1450-2002-TAM

கப் படிக்க வைத்தாள். எங்கள் படிப்பு விஷயத்தில் மிகவும் ஆதரவாக இருந்தாள். தான் கண்ட கனவுகளைத் தன் குழந்தைகள் மூலம் நிறைவேற்றிக் கொள்ள ஆசைப்பட்டாள். அவள் ஆசைப்படி நாங்களும் மருத்துவர்களாகவும், பட்டதாரிகளாகவும் படித்துத் தேறினோம்.

அம்மாவிற்குப் பிடிக்காத ஒன்று எந்த காரியத்தையும் அடுத்த நாளைக்குத் தள்ளிப் போடுவது. செய்ய நினைப்பதை அதே வேகத்தில் செய்து விட வேண்டும் என்று துடியாக இருப்பாள். அந்த வேகத்தை என்னுள் விதைத்த தாலேயே, மருத்துவ உலகில் சோதனைக் குழாய் மூலம் குழந்தையை உருவாக்கும் எண்ணத்தை எனக்கு ஏற்படுத்தி, அதில் தீவிரமாகச் செயல்படவும் வைத்தது. தென்னிந்தியாவில் சோதனைக் குழாய் மூலம் முதல் குழந்தையை நான் உருவாக்கிய போது, எனக்கு ஈடாக மகிழ்ச்சியில் திளைத்தது அம்மாதான்'' என்கிறார் டாக்டர் கமலா செல்வராஜ்.

"ஒரு குழந்தையை நன்றாக வளர்ப்பது பெரிய விஷயமல்ல. பிறந்த நான்கு குழந்தைகளும் வெற்றி இலக்கை எட்டிப் பிடிப்பது என்றால் அது தாயின் சாதனைதான். அப்படிப் பார்த்தால் பிறந்த நான்கு பெண்களையும் நன்றாகப் படிக்க வைத்து, ஆண்களுக்கு நிகராக தங்கள் சொந்தக் காலில் நிற்க வைத்தது அம்மாவின் வெற்றிதான்" என்கிறார் டாக்டர் ஜெயா ஸ்ரீதர்.

ஜெயா ஸ்ரீதர் தொடர்கிறார் - "நடிகர் ஜெமினி கணேசன் தன் கணவர் என்று ஒரு நாள் கூட கர்வமாக நடந்து கொண்டதே கிடையாது. தன் கணவர் திரையுலகில் பிரபலமானவராய் இருந்ததால் குழந்தைகளைக் கவனிக்க நேரமிருக்காது என்பதை உணர்ந்து எங்களைக் கண் இமைக்குள் வைத்து பொத்திப் பொத்தி வளர்த்தார் என்று சொன்னால் மிகையாகாது.

நடிகரின் மனைவி என்ற அடையாளத்தை விட 'பாப்ஜி' என்ற தன் சொந்த அடையாளத்துடன் எளிமையாக வாழ்வதையே விரும்பினாள். அதனால் எந்த வேலையைச் செய்வதையும் தரக்குறைவாக நினைத்ததே இல்லை. வீட்டில் ஒட்டடை அடித்து சுத்தம் செய்வதிலிருந்து மச்சில் ஏறி சுத்தம் செய்வது வரை அனைத்து வேலைகளையும் செய்வாள் அம்மா. அவரைப் பார்த்து எந்த வேலை செய்வதும் தரக்குறைவானது இல்லை என்பதை நாங்கள் புரிந்து கொண்டோம்.

பெண் குழந்தைகளை வளர்ப்பதே சிரமமான செயல். அதிலும் நான்கு பெண் குழந்தைகளை வெளி உலகின் கேடுகளிலிருந்து காப்பாற்றி வளர்ப்பது என்பதைப் பற்றிக் கேட்கவே வேண்டாம். அதனால் சிநேகிதிகளோடு நினைத்தபடி நாங்கள் எங்கும் போனதில்லை. பணக்கார வாழ்க்கையை வாழ்ந்து, பழக்கங்களுக்கு அடிமையாகி திசை மாறிப் போய் விடக் கூடாது என்று அம்மா எங்களைக் கண் கொத்திப் பாம்பாகக் கவனித்து வளர்ந்தாள். அதனால் குடும்பம்தான் முக்கியம் என்ற கருத்துடனேயே வளர்க்கப்பட்டோம்.

அம்மாவிற்குக் கடவுள் நம்பிக்கை அதிகம். 'கடவுளை நம்பினோர் கைவிடப்பட மாட்டார்கள்' என்று மன உறுதியுடன் இருந்தார். அம்மா, அன்பும், அரவணைப்பும், பொறுமையும்தான் சாதிக்கும் என்று கூறுவார். அப்பாவின் வாழ்க்கையில் எத்தனையோ பேர் வந்தும் அவரை இழுத்த வேகத்தில் இழந்தனர். இறுதி வரை தக்கவைத்துக் கொண்டது அம்மாவின் பொறுமைதான்! அத்தகைய சந்தர்ப்பங்களில் அம்மா பொங்கி எழுந்திருந்தால் நாங்கள் தூள் தூளாகியிருப்போம். ஆனால் குடும்பம் என்ற கூட்டைக் கலைக்காமல் கட்டி காத்தது அம்மா தான். இன்று நான் என் மகள், என் கணவர் இருவரையும் அனுசரித்து, அழகாகக் குடும்பம் நடத்த அம்மா காட்டிய வழியே காரணம்.

அம்மாவுடன் பல புண்ணியஸ்தலங்களுக்குச் சென்றிருக்கிறேன். ஒவ்வொரு இடத்தின் பெருமையையும், புராணக் கதைகளையும் கூறக் கேட்டதால் தெய்வ நம்பிக்கையும், பிரார்த்தனை செய்யும் பழக்கமும் மனதில் ஊறிப் போய் விட்டது. இதனால் மனம் அமைதியடைந்தது. அந்த மன அமைதியே, வாழ்க்கையில் துன்பத்தின் எல்லையை எட்டியுள்ள எயிட்ஸ் நோயாளிகளின் நலனுக்காக உழைக்க என்னைத் தூண்டியது என்று கூறலாம். எயிட்ஸ் போன்ற பிரச்னைகளை ஆராய மனம் தெளிவாகச் செயல்பட வேண்டும். எயிட்ஸ் ஆராய்ச்சியில் நான் வெற்றி பெற முழு மூச்சுடன் என்னை இயங்கத் தூண்டுவதும் என் தாய்தான்.

அதனாலேயே எங்களை தன் இமைக்குள் வைத்துக் காத்த எங்கள் அன்னையை குழந்தைகளான நாங்கள் இப்போது கண் போலக் காப்பாற்றுகிறோம்!"

பேட்டி : ராஜ்யஸ்ரீ சந்திரசேகர்



அன்று பாயசம் செய்யும் போது தித்திப்பு அதிகமாகி விட்டது. ஒரு தம்ளர் திக்கான தேங்காய்ப் பாலை விட்டுக் கொதிக்க வைத்தேன். பாயசம் ரிச்சாகவும், சுவையாகவும் இருந்தது.

- விசாலாட்சி



தகப்பன் சாமி

என் கணவருக்கு முன் கோபம் ரொம்பவே அதிகம். பெரிய குடும்பத்தில் மூத்த மகனாகப் பிறந்தவர். இவர்தான் பொறுப்புகளும் சுமப்பவர். இருந்தபோதும் அடிக்கடி முன் கோபப்படுவதில் மட்டும் மாறுதலே இல்லாமல்தான் இருந்தது. ஆனால் இவர் கோபப்படும் போது தூக்கி வீசியெறிந்து உடைபடும் பொருட்கள் அல்லது கிழிபடும் பேப்பர்கள் இதெல்லாம் எந்தவிதத்தில் மறுபடி சீராக முடியும்? எங்களுக்கெல்லாம் இவரின் இந்த முன் கோபம் ரொம்ப நாள் வரை தீராப் பிரச்னையாக இருந்து வந்தது.

என் மகன் படிப்பில் மகா சுட்டி. பேச்சும் நகைச்சுவையாகப் பிறர் மனதைத் தொடும் அளவில் இருக்கும். அவன் ஒவ்வொரு முறையும் முதல் வகுப்பில் தேர்வடையும் போது அவன் அப்பா அவனுக்கு ஏதேனும் ஒரு பரிசு வாங்கித் தருவார். அது போல் அவன் நான்காம் வகுப்பு முடித்த போது அவனுக்குப் பரிசு அளிக்க விரும்பி அவனை அழைத்து,

"இம்முறை உன் விருப்பப்படி உனக்கு என்ன பரிசு வேண்டுமோ வாங்கித் தருகிறேன்" என்று அவன் விருப்பத்திற்கே விட்டு விட்டார். இதைக் கேட்ட குழந்தை அவரை ஏறிட்டு, "நிச்சயமாக நான் எது கேட்டாலும்தானே?" என்றது.

இவரும், "நிச்சயமாக" என்றதும், "இனிமேல் என்ன கோபம் வந்தாலும் சாமான்களைத் தூக்கிப் போட்டு உடைக்க மாட்டேன். கையில் கிடைக்கும் எதுவானாலும் வீசியெறிய மாட்டேன்" என்று எனக்கு பிராமிஸ் பண்ணு"



என்றதே பார்க்கலாம்!

சுற்றி இருந்த அனைவரும் திகைத்து விட்டோம். எங்கள் அனைவரையும் ஆச்சரியப்படுத்தும் விதமாக இவரும் மகனை அணைத்துக் கொண்டு,

நிச்சயம், "உன் விருப்பப்படியே என் செய்கைகள் இருக்கும் பிராமிஸ்" என்றார் கண்கள் பனிக்க.

இதைக் கேட்ட என் மாமனார் தன் மகனைப் பார்த்து, "இவன் உனக்கு தகப்பன் சாமிடா! நினைவில் வைத்துக் கொள்" என்றார்.

அது முதல் கடந்த 30 வருடங்களாக சாந்தஸ்வரூபியாகத்தான் மாறி விட்டார்.

— ஆர். பட்டம்மாள்

இம்மாத இல்லக்கரசி

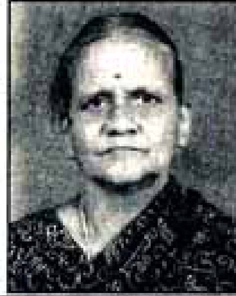
பொருள் : 'சமாளிப்பு' டிபன்

முதல் பரிசு ரூ. 500/-



• கே. கார்த்திகா

இரவு 10 மணிக்கு நான்கு உறவினர்கள் வந்து சாப்பாடு வேண்டாம் டிபன் செய்தால் போதும் என்று கூறி விட்டார்கள். அப்படிச் செய்த டிபன் இது -



• எஸ். ராமலக்ஷ்மி

பச்சை டோக்ளா

தேவையான பொருட்கள் :

பச்சைப் பட்டாணி - 1 ஆழாக்கு,
புளித்த இட்லி மாவு - 1 ஆழாக்கு,
கடலை மாவு - ½ ஆழாக்கு,
பச்சை மிளகாய் - 6,



• லக்ஷ்மி சங்கர்



சர்க்கரை - ½ தேக்கரண்டி,
பெருங்காயம் - 1 சிட்டிகை,
பச்சைக் கலர் - சிறு துளிகள்
டோக்ளா 'சாஃப்டாக' இருப்பதற்கு :
சிட்ரிக் ஆசிட் - ஒரு சிட்டிகை,
சோடாபைகார்பனேட் - சிட்டிகை,
சர்க்கரை - ½ தேக்கரண்டி,
ஈனோ சால்ட் - ¾ தேக்கரண்டி
தாளிப்பதற்கு - ½ தேக்கரண்டி கடுகு,
2 சிட்டிகை பெருங்காயப் பவுடர்,
பச்சை மிளகாய் - 4 (குறுக்காக வெட்டியது),
எலுமிச்சம் பழம் ரசம் - ½ தேக்கரண்டி,
உப்பு - ½ தேக்கரண்டி,
எண்ணெய் - 1½ மேஜைக்கரண்டி



செய்முறை :

பச்சைப் பட்டாணி, பச்சை மிளகாய் இரண்டையும் கொஞ்சம்

தண்ணீர் சேர்த்து மிக்ஸியில் அரைத்துக் கொள்ளவும். பிறகு இட்லி மாவு, கடலை மாவு, பட்டாணிக் கலவை, உப்பு, சர்க்கரை, பெருங்காயம், பச்சை கலர் எல்லாவற்றையும் நன்றாகக் கையால் கலக்கி பேஸ்ட் போல் ஆக்க வேண்டும். பிறகு மாவில் சர்க்கரை, சோடா-பை-கார்பனேட், சிட்ரிக் ஆசிட், ஃப்ரூட் சால்ட் (ஈனோசால்ட்) கொஞ்சம் தண்ணீர் சேர்த்து நன்றாகக் கலக்கவும். நுரைத்தாற்போல் மாவு வரும். உடனே எண்ணெய் தடவிய தட்டில் மாவை ஊற்றி வேகவைக்கவும்.

எண்ணெய்ச் சட்டியில் எண்ணெய் ஊற்றிக் கடுகு போட்டு வெடித்ததும் அடுப்பை நிறுத்தி விட்டுப் பெருங்காயம், பச்சை மிளகாய், தண்ணீர் கொஞ்சம், லெமன் ஜூஸ், சர்க்கரை, உப்பு போட்டு நன்றாகக் கலந்து வெந்த டோக்ளா மேல் பரவினாற் போல் ஊற்றி மீண்டும் சில நிமிடங்கள் வேக வைத்து இறக்கி துண்டங்கள் போட்டு மேலே துருவின தேங்காய், கொத்துமல்லி இலை போட்டு அலங்கரித்துத் தொட்டுக் கொள்ள கொத்தமல்லி சட்னி செய்யலாம்.

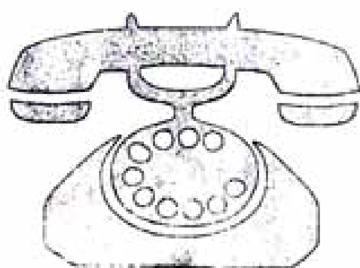
ஸ்வீட் டோக்ளா :

இட்லி மாவு - ½ ஆழாக்கு,
கடலை மாவு - ½ ஆழாக்கு,
கன்டென்ஸ்ட் மில்க் - ½ டப்பா,
சோடா பை கார்பனேட் -
½ தேக்கரண்டி,
ஃப்ரூட் சால்ட் - ¾ தேக்கரண்டி,
பேரீச்சம்பழம் - 4
(மெல்லியதாக நறுக்கியது)



வெள்ளை கலர் டெலிபோன் அழுக்கு ஏறிக் கிடந்தது. உடனே அதை நெயில் பாலீஷ் ரிமூவரால் அழுந்தத் துடைக்க பளிச்சென்று ஆனது.

- லக்ஷ்மி ரங்கநாதன்.



முந்திரி - 50 கிராம்
(பொடியாக நறுக்கியது)

செய்முறை :

எல்லாவற்றையும் சேர்த்து அடித்துக் கலக்கி தேவை என்றால் கொஞ்சம் தண்ணீர் அல்லது பால் சேர்த்துக் கலக்கி எண்ணெய தடவின தட்டில் ஊற்றி வேகவைத்துத் துண்டங்கள் செய்யவும்.

- கே. கார்த்திகா, சென்னை - 20.

இரண்டாம் பரிசு ரூ. 300/-

நவீன நூடுல்ஸ்

நம் எல்லோருடைய வீட்டிலும் கோடை காலத்தில் விதவிதமான வடகம் செய்து வைத்திருப்போம். அதனை எண்ணெயில் பொரித்துப் போடுவோம். ஆனால் அதனை நூடுல்ஸ் மாதிரி செய்து கொடுத்து எங்கள் வீட்டில் எல்லோரிடத்திலும் 'ஓஹோ' பாராட்டு பெற்ற டிபன் வகை.

தேவையான பொருட்கள் :

ஓமப்பொடி வடாம் -
நமக்குத் தேவையான அளவு,
பெரிய வெங்காயம் - 3 (அ) 4,
கேரட் (துருவல்) - 2 (அ) 3,
பீன்ஸ் (பொடியாக) - 10 (அ) 15,
கோஸ் (துருவல்) - 1 பிடி,
பச்சைப் பட்டாணி - 1 பாக்கெட்,
கருவேப்பிலை - சிறிது,
மேகி டேஸ்ட் மேக்கர் -
நமக்குத் தேவையானது,
கொத்துமல்லி தழை (நறுக்கியது) - சிறிது,
இஞ்சி (பொடியாக நறுக்கியது) - 2 இன்ச் நீளம்,
பச்சை மிளகாய் - 5 (அ) 6
(நமக்குத் தேவையானது)
உப்பு _ தேவையானவை
தாளிக்க - கடுகு, உ. பருப்பு, க. பருப்பு,
எண்ணெய் - தாளிக்க.

செய்முறை :

ஓமப்பொடி வடாத்தை ஒரு பாத்திரத்தில் நமக்குத் தேவையானவற்றைப் போட்டுக் கொண்டு, அதன்மேல் வெதுவெதுப்பான தண்ணீரை ஊற்றி ஒரு நிமிடம் கழித்து - (லேசாக ஊறி இருக்கும்) உடனே வடிகட்டியில் போட்டு வடித்து விடவும். (நிறைய நேரம் போடக் கூடாது. ஊறிக் குழைந்து

மாம்பழம் வாங்கி வந்தேன். சிறிது புளிப்பாக இருந்தது. சாம்பார் வைத்தேன். மாம்பழம் சாம்பார் மிகவும் டேஸ்டாக இருந்தது. கொதிக்கும் சாம்பாரில் இறக்குவதற்கு சிறிது நேரம் முன்பு சிறிய மாம்பழம் என்றால் அப்படியே போடலாம். சிறிது பெரியதாக இருந்தால் மூன்றாக அரிந்தும் போடலாம். இந்த மாம்பழ சாம்பாரைக் குழந்தைகள் விரும்பிச் சாப்பிடுவார்கள்.

– என். விஜயலெட்சுமி.



விடும்.)

பிறகு ஒரு வாணலியில் சிறிது எண்ணெய், கடுகு, உ. பருப்பு, க. பருப்பு, இஞ்சித் துண்டு, வெங்காயம், பச்சை மிளகாய் மற்றும் பொடியாக நறுக்கிய காய்களையும் போட்டு உப்பு போட்டு பாதி வெந்ததும், வடித்து வைத்த ஓமப்பொடி வடகத்தைப் போட்டுக் கிளறி மேகி போட்டுத் தண்ணீர் வற்றியதும், காய்களும் நன்கு வெந்ததும் ஒன்றோடு ஒன்று ஒட்டாது. பிறகு இறக்கி நறுக்கி வைத்துள்ள கருவேப்பிலை, கொத்துமல்லித் தழையைப் போடவும்.

குறிப்பு : இதற்கு எண்ணெய் நிறைய செலவு ஆகாது. திடீர் என்று விருந்தினர்கள் வந்தால் உடனே செய்து கொடுத்து சமாளிப்பது மட்டுமில்லாமல் பாராட்டும் கிடைக்கும்.

- எஸ். ராமலக்ஷ்மி, கோவை - 38.

மூன்றாம் பரிசு ரூ.200/–

மூன்றடுக்கு சாண்ட்விச் கட்லெட்

தேவையான பொருட்கள் :

பிரட் ஸ்லைஸ்கள் - 12,
செய்து வைத்துள்ள பொரியல் - 2 கப்,
சட்னி (கொத்துமல்லி, தேங்காய், புதினா, வெங்காயம் ஏதாவது) - 1 கப்,
வெண்ணெய் (அ) நெய் - ¼ கப்,
பொரிப்பதற்கு எண்ணெய் - ½ லிட்டர்,
கார்ன் மாவு, அரிசி மாவு, கடலை மாவு, மைதா மாவு (ஏதாவது ஒன்று) - 3 டேபிள் ஸ்பூன்,
உப்பு, மிளகு - தேவைக்கேற்ப.

பி.குறிப்பு : இதில் சீஸ் ஸ்லைஸ்களும் கறிகாய்களும் (வெங்காயம், வெள்ளரிக்காய், தக்காளி) கூட உபயோகிக்கலாம்.

செய்முறை :

1. பிரட் துண்டங்களின் ஓரங்களை ஒன்றுபோல வெட்டி எடுத்து விடவும்.
2. துண்டங்களின் மீது லேசாகத் தண்ணீர் தெளித்து, ஒரு சம பரப்பின் மீது வைத்து பிரஸ் செய்யவும். (துண்டங்களைக் கிழிக்காமல்)
3. ஒரு பிரட் துண்டின் மீது சிறிதளவு சட்னி எடுத்து ஒன்று போல பூசவும்.
4. மற்றொரு துண்டின் மீது பொரியலை வைக்கவும்.
5. தேவைக்கேற்ப உப்பு, மிளகு தூவவும்.
6. இப்பொழுது, சட்னி தடவிய பிரட் மீது கறி தடவிய பிரட்டை வைக்கவும்.
7. அதன் மேல் உள்பக்கம் வெண்ணெய் அல்லது நெய் தடவிய பிரட்டை வைக்கவும்.
8. மூன்று லேயர்களாக உள்ள பிரட் ஸ்லைஸ்களை நான்கு சதுரங்களாக (முக்கோணங்களாகக் கூட) வெட்டவும்.
9. ஒரு பாத்திரத்தில் கார்ன் மாவு, மைதா மாவு, அரிசி மாவு, கடலை மாவு இவற்றில் ஏதாவது ஒன்றை பஜ்ஜி மாவு பதத்தில் கரைக்கவும்.
10. கட் செய்த சதுரங்களின் மீது பிரஷ்ஷினாலோ, கையாலோ மாவு பேஸ்ட்டை சுற்றி வரப் பூசவும்.
11. எண்ணெயின் அளவைப் பொறுத்து, இதை ஷேலோ ஃப்ரை (அ) டீப் ஃப்ரை செய்யலாம்.
12. ஷேலோ ஃப்ரை - ஒரு பரந்த தட்டையான பேனில், 2 டீஸ்பூன் எண்ணெய் விட்டு, இருபுறமும் மொறுமொறுப்பாகும் வரை பொரிக்கவும்.
13. டீப் ஃப்ரை _ ஒரு கடாயில் தேவையான எண்ணெய் விட்டுப் பொரிக்கவும்.
14. எண்ணெயை வடித்து, சூடாக கெட்ச்சப்புடன் பரிமாறவும்.

- லக்ஷ்மி சங்கர், தூத்துக்குடி.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 100/-

இன்ஸ்டன்ட் சமோசா

தேவையான பொருட்கள் :

அவல் (கெட்டி அவல்) - 3 டேபிள் ஸ்பூன்,
கேரட் (துருவியது) - 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
பொடியாக நறுக்கிய பச்சை மிளகாய் - 1,
இஞ்சி (துருவியது) - ½ டீஸ்பூன்,
கருவேப்பிலை, கொத்துமல்லி பொடியாக நறுக்கியது - 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
உப்பு - தேவைக்கேற்ப,
சர்க்கரை - 1½ டேபிள் ஸ்பூன்,
தேங்காய் துருவியது - 1½ டேபிள் ஸ்பூன்,
ஏலக்காய்ப் பொடி - ½ டீஸ்பூன்,
அப்பளம் - 6 (அ) 8
மைதா (அ) கோதுமை மாவு பேஸ்ட் - தேவையானது (1 டேபிள் ஸ்பூன்)
பொரித்து எடுக்கத் தேவையான எண்ணெய்.

செய்முறை :

அவலையும் அப்பளத்தையும் தனித்தனியாக தண்ணீரில் ஐந்து நிமிடம் ஊற வைக்கவும். பின்பு அவலைப் பிழிந்து தனியாக வைக்கவும். அப்பளத்தைத் தண்ணீரில் இருந்து நீக்கி தனியாக வைக்கவும்.

அவலை இரண்டு பகுதியாகப் பிரிக்கவும். ஒரு பாதியில் முதலில் குறிப்பிட்ட கார சமோஸா பொருட்களைக் கலக்கவும். மற்றொரு பாதியில் இனிப்பு சமோசா (7, 8, 9) பொருட்களைக் கலந்து தனியாக வைக்கவும். ஈர அப்பளத்தின் ஒரு பாதியில் காரக் கலவை அல்லது இனிப்புக் கலவை வைத்து, அப்பளத்தை இரண்டாக மடித்து, மைதா பேஸ்டினால் ஓரங்களை நன்றாக ஒட்டி சமோசா செய்து எண்ணெயில் போட்டுப் பொன்னிறமாக பொரித்தெடுக்கவும். 10, 15 நிமிடத்தில் சுவையான இனிப்பு, கார 'சமோசா' ரெடி.

- ஜோதி பாலசுப்ரமணியன், வேலூர்.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 100/-

ஸால்ட்டி ஜாமூன்ஸ்

தேவையான பொருட்கள் :

சால்ட் பிரட் - 1 பாக்கெட்,
தயிர் - 2 கப்,
உப்பு - தேவையான அளவு,
மிளகாய்த் தூள் - 1 ஸ்பூன்,
சீரகத் தூள் - 1 ஸ்பூன்,
மசாலாத் தூள் - 1 ஸ்பூன்,
மிளகு அப்பளம் (அ) சாதா அப்பளம் - 4 (பொரித்தது)
பச்சைக் கொத்துமல்லி - பொடியாக அரிந்தது சிறிதளவு.

செய்முறை :

பிரட்டின் ஓரங்களை வெட்டிக் கொள்ளவும். ஒரு பேஸினில் தண்ணீர் எடுத்து அதில் பிரட் துண்டங்களை அமுக்கி, பிழிந்து எடுத்து வைக்கவும். இதை உப்பு சேர்த்து உதிர்த்து, சிறிய உருண்டைகளாக உருட்டி எடுத்து வைக்கவும்.

தயிரில் உப்பு சேர்த்து, மிக்ஸியில் ஒரு சுற்று சுற்றி எடுத்து வைக்கவும். மூன்று பொடிகளையும் கலந்து வைக்கவும்.

பரிமாறும் பௌலில், 4 பிரட் உருண்டைகளைப் போட்டு, அது முழுகும் வரை தயிர் விட்டு, ஒரு அப்பளத்தை நொறுக்கிப் போட்டு, அதில் கலந்து வைத்த பொடியைக் கோலம் போடுவது போல் தூவி, மேலே பச்சை கொத்துமல்லி தூவி, அலங்கரித்து, ஒரு ஸ்பூன் போட்டுக் கொடுக்கவும். 'ஸால்ட்டி ஜாமூன்ஸ்' ரெடி.

- என். மதுமிதா, புதுவை.

தேங்காய்ச் சாதத்துக்கு தேங்காய்த் துருவலை கடாயில் வறுக்கும் போது அத்துடன் முந்திரிப் பருப்பையும் சேர்த்து விட்டேன். தேங்காய் வறுபடும் நேரத்தில் முந்திரியும் பொன்னிறமாகியிருந்தது. இதனால் முந்திரியை நெய்யில் தனியாக வறுத்தெடுக்கும் நேரம் மிச்சம். முந்திரி தீய்ந்து போவதற்கான வாய்ப்பும் இல்லை.

- ஜெயா மகாதேவன்.



ஏ.பி.ஜே. அப்துல்கலாம்

('அப்துல் கலாம்.காம்' இணைய தளத்திலுள்ள 'இன்ஸ்பிரேஷன் கட்டுரையி லிருந்து...)

உள்ளுயிர்ப்பு

நான் சின்னஞ் சிறுவனாய் இருந்த போது, என் உள்ளுணர்வுகள் உயிர்ப்பிக்கப்படுவதற்கு என்னுடைய பெற்றோர்தான் பெரிதும் காரணமாய் இருந்தார்கள். அவர்களுடைய உயர்வான பண்புகளை நான் அறியாமலேயே என் அடிமனம் வெகுவாக ஈர்த்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும். அதன் விளைவாகத்தான் இன்றைக்கு நான் வாழ்க்கையின் பல்வேறு நிலைமைகளைச் சந்திக்கவும், சமாளிக்கவும் தேவையான அழுத்தமான சக்திகளைப் பெற்றிருப்பதாக உணருகிறேன்.

நான் பிறந்தது இராமேஸ்வரம் தீவில். அந்தப் பிரம்மாண்டமான சமுத்திரமும், அதன் ஆற்றல் மிகுந்த அலைகளும், கண்ணுக்குத் தெரியும் எல்லாவற்றையும் வளைத்துக் கொண்டிருக்கிற எல்லையில்லா வானமும் என்னை மந்திரம் போல வசியம் செய்தன. சிறுவனான நான் கடற்கரையின் பரந்த மணல்வெளியில் உட்கார்ந்து கொண்டு மகாசமுத்திரத்தின் ஓய்வில்லாத இயக்கத்தை வெறித்துக் கொண்டு மணிக்கணக்கில் இருந்திருக்கிறேன்.



சமுத்திரம் எனக்குப் பல விஷயங்களைச் சொல்லித் தந்தது - ஒவ்வொரு தடவையும் புதிதான ஒன்றை! சமுத்திரத்தின் பலவிதமான மன நிலைகள், சோர்வு தெரியாத கடல் அலைகள், கடற்கரையின் இதமான காற்று வீச்சு, கடல் மட்டத்தில் மாறி மாறி வரும் ஏற்ற இறக்கங்கள், பௌர்ணமி நிலவில் நிறைவான மகிழ்வோடு பொங்கிப் பெருகிக் கும்மாளம் போடும் கடல் - இவையெல்லாம் மனித வாழ்க்கையின் வேறுபட்ட பல பரிமாணங்களை மிகவும் உண்மையாகப் பிரதிபலிப்பதாக நான் உணர்ந்தேன். மனித இனத்தின் உள்ளுயிர்ப்புக்கு இயற்கைதான் மிகப் பெரிய மூலமாக இருக்க முடியும்.

மனிதப் பிறவி எடுத்த எல்லோரும், மனத்தில் தீப்பொறியைக் கிளப்புகிற ஏதோ ஒன்றால் உள்ளுயிர்ப்பைப் பெறுகிறார்கள். அது அவர்கள் பார்க்கின்ற, கேட்கின்ற, படிக்கின்ற அல்லது உணர்கின்ற ஏதோ ஒன்றாக இருக்கலாம். உள்ளுயிர்ப்பைத் தரக் கூடிய அந்தத் தீப்பொறியின் காரணகர்த்தா, பழகிய ஒரு நபராக இருக்கலாம், படித்த ஒரு புத்தகமாக

இருக்கலாம் அல்லது புழங்கிய ஒரு பொருளாகக் கூட இருக்கலாம். ஏன்? பார்க்கும் ஒரு பறவையாகவோ, விலங்காகவோ கூட இருக்கலாம்.

எப்போதோ நிகழ்கிற அந்த உள்ளுயிர்ப்பின் தாக்கத்தைத் தக்கவைத்துக் கொண்டு அதை ஒரு சாதனையாக மாற்றிக் கொள்ள உணர்வுபூர்வமான முயற்சி அவசியம். உள்ளுயிர்ப்புக்கு ஆளாகும் போது ஒரு சிந்தனைக்கரு மனத்தில் விதைக்கப்படுகிறது. அந்தச் சிந்தனை வளர்ந்து உருப்பெற்று காரியமாகப் பரிமளிக்கும் போது அது சாதனையாகிறது. பறவையைப் பார்த்த மனிதனின் எண்ணத்தில் அதன் பறக்கும் சாகஸம் ஒரு உள்ளுயிர்ப்பைத் தந்தது. அதைத் தொடர்ந்து அவன் எடுத்துக் கொண்ட அறிவுத் தேடலின் முடிவில் பறக்கும் விமானங்களை அவனால் அமைத்துக் கொள்ள முடிந்தது.

உள்ளுயிர்ப்பு என்பது எல்லா மனித முயற்சிகளுக்கும் ஆதாரமான அடித்தளமாகும். மனித இன மேம்பாட்டின் வளர்ச்சி வேகம் ஆரம்ப நூற்றாண்டுகளில் இருந்ததை விட சமீபத்திய நூற்றாண்டுகளில் மிகப் பெரிய அளவில் இருப்பதைக் காண முடிகிறது. அதற்குக் காரணம், சங்கிலித் தொடராக நிகழ்ந்து வரும் மனித சாதனைகளின் ஒட்டுமொத்தமான பின்பலமும், தினம் தினம் வளர்ந்து கொண்டிருக்கிற விஞ்ஞான மனப்போக்குடன் ஒவ்வொரு விஷயத்தையும் மனிதன் அணுக ஆரம்பித்து விட்டதும்தான்.

ஆதிமனிதன் வியப்போடும் பயத்தோடும் பார்த்துக் கொண்டிருந்த நாட்களிலிருந்து, நிலா மனித இனத்தின் கவனத்தைப் பெரிதாகக் கவர்ந்து கொண்டே இருந்திருக்கிறது. போதுமான உந்துசக்தி கொண்ட ஏவுகணையைத் தயாரிக்க முடிந்த உடனேயே நிலாவின் மேற்பரப்பில் போய் இறங்கிக் கொள்ள மனிதன் தாமதிக்கவில்லை!

பூமியில் மனிதகுலத்தின் வாழ்க்கை முறை உலகம் முழுவதிலும் உள்ள உள்ளுயிர்ப்பு கண்ட ஆண்களாலும் பெண்களாலும் உருவாக்கப்படுகிறது. சகமனிதர்களின் வாழ்க்கைத் தரத்தை மேம்படுத்த அவர்கள் கடுமுயற்சி செய்கிறார்கள். ஏழ்மை, நோய், அறியாமை மற்றும் மனிதத் துயரங்களின் வெவ்வேறு ஆக்கிரமிப்புக்களுடனும் அவர்கள் போராடுகிறார்கள்; வாழ்க்கை நடைமுறைகளில் நேர்மை, நியாயம், சுதந்திரம், கௌரவம் இவற்றுக்காகக் குரல் கொடுக்கிறார்கள். வாழ்க்கையின் அமைதியைச் சீர்குலைக்கும் ஒழுங்கின்மை, குழப்பம், வன்முறை இவற்றைத் துணிவுடன் எதிர்க்கிறார்கள்.

அவர்கள் புதுமையைப் புகுத்துகிறார்கள்; புதிய கண்டுபிடிப்புகளைக் காணுகிறார்கள்; அரிய தொழில்நுட்பங்களை அடிமை கொள்கிறார்கள். அவர்கள் மனித உள்ளங்களை அன்பையும், அமைதியையும், மகிழ்ச்சியையும் கொண்டு நிரப்புகிறார்கள். அவர்கள் ஒரு பூகோள கிராமத்தை உருவாக்கிக் கொண்டிருக்கிறார்கள்.

உள்ளுயிர்ப்பு கொண்டவர்களின் முயற்சிக்கும் தொண்டிற்கும் முடிவென்பது இல்லை!

தமிழில் : **கோமி**

எப்படிச் செய்தாலும் மைசூர் பாகு சாஃப்டாக வரவில்லையே என்ற கவலை இனி வேண்டாம். இதோ ஓர் எளிய வழி. இரு மடங்கு பயத்தம் பருப்பு, ஒரு மடங்கு கடலை பருப்பு என்ற விகிதத்தில் அரைத்த மாவில் மைசூர்பாகு செய்தால், மைசூர்பாகு சாஃப்டோ, சாஃப்டாக இருக்கும். செய்து தான் பாருங்களேன்!

- சரஸ்வதி சுவாமிநாதன்.



பரிசு ரூ. 500

அனுபவம்–4

எனது சொந்த ஊர் நாகப்பட்டினம். நான் வளர்ந்ததும், படித்ததும் நாகையில்தான். என் கணவர் Railwayல் பணி புரிபவர். சில ஆண்டு களுக்கு முன் அவருக்கு பீகாரிலுள்ள கட்டிஹார் என்ற ஊருக்கு வேலை மாற்றலானது. வேலை யில் ஜாய்ன் பண்ணிய பிறகு அவர் என்னை அங்கு அழைத்துச் செல்ல வந்தார். நாகையிலிருந்து ரயிலிலேயே 3 நாட்கள் செல்ல வேண்டும். நீண்ட தூரப் பயணம் ஆனதால் என் பிறந்த வீட்டி லிருந்து யாரும் என் னுடன் வரவில்லை.

நான் மிகுந்த பயத்துடனேயே பயணம் செய்தேன். டீ வாங்கி வருகி றேன் என்று ஒரு ஸ்டேஷனில் என் கணவர் இறங்கினார். அவர் வருவதற்குள் டிரெயின் புறப்பட்டு விட்டது. நான் படித்ததோ தமிழ் மீடியம். இங்கிலீ ஷில் பேசத் தெரியாது. My husband, tea, down என்று ஏதோ உளறி நிலை மையை விளக்குவதற்குள் எனக்கு அழுகையே வந்து விட்டது. அப்போது தான் நான் உடனடியாக இங் கிலீஷ் கற்றுக் கொள்ள வேண்டுமென்ற முடிவுக்கு வந்தேன்.

வேறு ஒரு பெட்டியில் ஏறியிருந்த என் கணவர் அடுத்த ஸ்டேஷனில் இறங்கி எங்களது பெட் டிக்கு வந்து விட்டார். இருந்தாலும் அந்த என் முதல் அனுபவத்தை மறக்கவே முடியாது.

“My husband, tea, down என்று ஏதோ உளறி நிலைமையை விளக்குவதற்குள் எனக்கு அழுகையே வந்து விட்டது.”



“என் கணவரே வியக்கும்படி இங்கிலீஷில் பேசத் தொடங்கி விட்டேன்.”

கட்டிஹார் போன தும் முதல் வேலை யாக சென்னையில் இருக்கும் விவேகானந்தா இன்ஸ்டிட்யூட்டை கடிதம் மூலம் தொடர்பு கொண்டு பாடங்களை வர வழைத்து மூன்றே மாதங்களில் என் கணவரே வியக்கும் படி இங்கிலீஷில் பேசத் தொடங்கி விட்டேன்.

நாங்கள் இப்பொழுது திருச்சியில் இருந்தாலும் சென்னை என்றதும் எனது நினைவுக்கு வருவது விவேகானந்தா இன்ஸ்டிட்யூட்தான்.

– **Mrs. Neelayadakshi, Trichy-2**

புக் ஷெல்ஃப்

இல்லறம் இனிக்க...

இனிமையான இல்வாழ்க்கைக்கு அருமையான யோசனைகள், கணவன் மனைவிக்குச் செய்ய வேண்டிய கடமைகளையும், மனைவி கணவனுக்கு ஆற்ற வேண்டிய பணிகளையும் சாஸ்திர நூல்களை மேற்கோள் காட்டி அழகாக எடுத்துரைக்கிறார் தெய்வத் திரு கிருபானந்தவாரியார் சுவாமிகள். இல்லந்தோறும் போற்றிப் பாதுகாக்கப்பட வேண்டிய நூல் இது.

பக். 108, விலை ரூ. 20.00

(குகஸ்ரீ வாரியார் பதிப்பகம், 107 சிங்கண்ண தெரு, சிந்தாதிரிப் பேட்டை, சென்னை - 600 002)

ஸ்ரீ விஷ்ணு ஸஹஸ்ரநாமம்

ஸ்லோகங்கள் தமிழிலும், சம்ஸ்கிருதத்திலும் கொடுக்கப் பட்டு அவற்றிற்கு எளிய ஆங்கிலம் மற்றும் தமிழ் விளக்க உரையும் தரப்பட்டுள்ளது. தொகுப்பு : டி. ரங்காச்சாரி.

பக். 48, விலை ரூ. 5.00

(டி. ரங்காச்சாரி, 36, கிழ சித்திரை வீதி ஸ்ரீரங்கம் - 620 006)

தைராய்டு கோளாறுகள்

தைராய்டு நோயைப் பற்றிய விரிவான தகவல்கள் அடங்கிய புத்தகம். இந் நோய்க்கான அறிகுறிகள், நோய்த் தடுப்பு முறைகள் என்று விவரிக்கப்பட்டுள்ளது. மேலும் ஹோமியோபதி சிகிச்சை முறையில் நிரந்தரக் குணம் பெறுவது எப்படி என்றும் அழகாக விளக்கப்பட்டுள்ளது. ஆசிரியர் டாக்டர். ஆர். ஞானசம்பந்தம்.

பக். 160 விலை ரூ. 85.00

(ஏ.கே.பி. ஹோமியோபதி மருத்துவ ஆராய்ச்சி மையம், 6, வாயிட்ஸ் II லேன், அவ்வை சண்முகம் சாலை, இராயப்பேட்டை, சென்னை - 600 014)

கடவுள் இருக்கிறாரா?

கடவுளைப் பற்றிய ஆராய்ச்சியை விஞ்ஞான அடிப்படையில் விளக்க முற்படுள்ளார் சுஜாதா. உலகத்தில் நடந்த பல அதிசயமான நிகழ்ச்சிகளைப் பட்டியலிட்டு நம்மைச் சிந்திக்கத் தூண்டுகிறார்.

பக். 144 விலை ரூ. 35.00

(கலைஞன் பதிப்பகம், 10, கண்ணதாசன் சாலை, சென்னை - 600 017)

அழகிற்கும் அப்பால்...

ஒரு பக்கச் சிறுகதைத் தொகுப்பு. ஒவ்வொரு கதையிலும் ஒரு செய்தி சிந்தைக்கும் செவிக்கும் விருந்தாக அமைகிறது. புதுமையாக ஆசிரியர் ரமணி ரங்கநாதனே கதைகளுக்கு அழகிய ஓவியங்களைத் தீட்டியுள்ளார்.

பக். 288, விலை ரூ. 55.00

(மணிமேகலைப் பிரசுரம், த.பெ. எண் - 1447, 7, தணிகாசலம் சாலை, தி. நகர், சென்னை - 600 017)

உங்கள் குழந்தைக்குச் சிந்திக்கக் கற்றுக் கொடுங்கள்

அறிவுள்ள குழந்தையாக வளர்க்க உருப்படியான யோசனைகள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. இளம் பெற்றோர்களுக்குச் சிறந்த கையேடு. ஆசிரியர் - பி. சி. கணேசன்.

பக். 128, விலை ரூ. 32.00

(நர்மதா பதிப்பகம், 10/7, ராஜா பாதர் சாலை, பாண்டிபஜார், தி. நகர், சென்னை - 600 017)

விஸ்வாத்மா

தெலுங்கில் புகழ்பெற்ற எழுத்தாளரான சூரியதேவர் ராம் மோஹன ராவ் எழுதிய விஸ்வாத்மா எனும் நாவல் தமிழில் மொழிபெயர்க்கப்பட்டு வந்துள்ளது. வரலாற்று நாயகன் ஒருவன் கலியுகத்தில் மறு பிறப்பெடுத்து தன் முற் பிறப்பை அறிவது எப்படி என்பதை நாவலின் கதைகளமாக அமைத்து ஆரம்பம் முதல் கடைசி வரை விறுவிறுப்பும், காதலும் நிரம்பி வழியச் செய்துள்ளார் ஆசிரியர். தமிழில் - ஜி. குணசேகர்.

பக். 424, விலை ரூ. 86.00

(லியோ புக் டிஸ்டிரிப்யூட்டர்ஸ், ப.எண் - 33, பு.எண் - 98, 3வது பிரதான சாலை, சி.ஐ.டி. நகர், சென்னை - 600 032)

மாண்டூக்ய உபநிஷதம்

வேதங்களின் சாரமாகத் தோன்றி 'அனைத்தும் ஒன்றே' என்கிற தாரக மந்திரத்தை உபதேசிக்கும் இந்த மாண்டூக்ய உபநிஷ ஸ்லோகங்களைப் பற்றிய விளக்க உரை. சுவாமி ஆசுதோஷானந்தரால் எளிய தமிழில் ஸ்லோகங்களுக்கு அர்த்தம் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

பக். 42, விலை ரூ. 15.00

(ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண மடம், சென்னை - 600 004)

ஒரு நதியின் தேடல்

சிறுகதைத் தொகுப்பு. ஈழத்துச் சிறுகதை எழுத்தாளரான லதா உதயன் தனது கன்னி முயற்சியாக இதில் 12 கதைகளைப் படைத்துள்ளார். அனைத்தும் இலங்கைத் தமிழர்களின் குறிப்பாக பெண்களின் உணர்வுபூர்வ வாழ்வினை படம்பிடித்துக் காட்டுகிறது.

பக். 144, விலை ரூ. 36.00

(மணிமேகலைப் பிரசுரம், த.பெ. எண் - 1447, பு எண் - 7 தணிகாசலம் சாலை, தி. நகர், சென்னை - 600 017)

ரவா தோசையோ, கோதுமை தோசையோ வார்க்கும் முன் மாவில் கால் ஸ்பூன் எண்ணெய் கலந்து பிறகு தோசை வார்த்தால் தோசையில் சிறு சிறு கண்கள் சீராக இருப்பதோடு ஹோட்டல் தோசை போல் அழகாக வரும்.

- மங்களா சாய்ராம்.



அனுபோக வைத்திய பிரம்ம ரகசியம்

பாரம்பரியமிக்க மூலிகை வைத்திய சிகிச்சை பற்றிய விளக்கங்களுக்கு 'அட்சயப் பாத்திரமாக' விளங்குகிறது இந் நூல். ஏதுவாக செய்முறை குறிப்புகள் உள்ளன. இந்நூல் சித்த வைத்திய ஆராய்ச்சியாளர் களுக்கும், மூலிகை வைத்திய ஆர்வலர்களுக் கும் உன்னத பயனளிக்கும்.

பக். 608, விலை ரூ. 350.00

(ஜெயம் பிரிண்ட், 20(31) கோபாலக் கொத்தன் சந்து, மதுரை - 625 001)

இன்டர்நெட் அகராதி

இன்டர்நெட் வெப் தளத்தில் கையாளப் படும் ஆங்கில வார்த்தைக்கு 'A' முதல் 'Z' வரை தமிழ் விளக்கம். இன்டர்நெட் பற்றி முழுமையாகப் புரிந்து கொள்ள வழிகாட்டு கிறது இந்நூல். ஆசிரியர் சுப்ரஜா.

பக். 168, விலை ரூ. 60.00

(குமரன் பதிப்பகம், 3, முத்துகிருஷ்ணன் தெரு, பாண்டிபஜார், தி. நகர், சென்னை - 600 017)

வாஸ்து - 365

எளிய வாஸ்து குறிப்புகளைத் தாங்கி வந் திருக்கும் அரிய நூல். இல்லத்தில் அமைதி, இனிமை, தூய்மை காக்கப்பட அருமை யான வாஸ்து யோசனைகளைத் தருபவர் ஆர். வெங்கடேஷ்.

பக். 162 விலை ரூ. 100.00

(தி அவென்யூ ப்ரெஸ், 25, (புஎண். 9) டி. சில்வா தெரு, மயிலாப்பூர், சென்னை - 600 004).

நா ஊறும் ஊறுகாய்கள்

மாங்காயிலிருந்து உருளைக்கிழங்கு வரை வகை வகையாக நூறு விதமான ஊறுகாய் களின் செய்முறை குறிப்புகளைத் தருகிறார் எஸ். மல்லிகா பத்ரிநாத்.

பக். 96, விலை ரூ. 55.00

(பிரதீப் எண்டர்பிரைசஸ், 20, (ப. எண் - 90) போயஸ் கார்டன், கோபாலபுரம், சென்னை - 600 086)

மீசை முளைத்த வயதில்

கலைஞரின் இளமைக்கால இலக்கியப் படைப்புகள் ஒரு தொகுப்பாக வெளிவந்துள்

ளது. அவரது ஆரம்பக் கால இந்த எழுத்தோவியங்கள் கலைஞரின் படைப்பாற்றலைப் பட்டைத் தீட்டி வெளிச்சம் போட்டுத் திரையிடுகிறது.

பக். 144, விலை ரூ. 60.00

(தமிழ்க்கனி பதிப்பகம், 21, முசிறி சுப்பிரமணியம் சாலை, சென்னை - 600 004)

நம்பிக்கை சிறுகதைகள்

சிறுகதைத் தொகுப்பு. வேலை வாய்ப்பு, கல்வி, சமுதாயம், குடும்பம் என்கிற சூழலில் அமைந்துள்ள இந்தக் கதைகள் படிக்க அருமையாக உள்ளன. தங்குதடையின்றி எழுத்து நடை, கதையாசிரியர் ஓர் ஆரம்ப எழுத்தாளர் என்று சொல்ல முடியவில்லை. ஆசிரியர் தி. ராசேந்திரன்.

பக். 98, விலை ரூ. 36.00

(மலர் பதிப்பகம், 68/37 செட்டித் தெரு, திருவண்ணாமலை - 606 601)

கேஸட்

காமாக்ஷி தாயே

சென்னை சகோதரிகள் அற்புதமான இனிமையான குரல்களில் அம்மனைத் துதித்துப் பாடியுள்ளனர். மொத்தம் ஆறு பாடல்கள் - காமாக்ஷி விருத்தம், அகவல், அஷ்டகம் என்று இடம்பெறுள்ளன. பாடல்கள் - அம்மன் சத்தியநாதன். இசை பிரதிப் - ரவி.

விலை ரூ. 36.00

(பிருந்தாவனா எண்டர்பிரைஸ், 8, கங்கை அம்மன் கோயில் தெரு, இராயப்பேட்டை, சென்னை - 600 014)

ஸ்ரீ சரபேஸ்வர சஹஸ்ரநாமம்

பலத்தை அளிக்கும் சரபேஸ்வரரின் அஷ்டகம் மற்றும் சஹஸ்ரநாம அர்ச்சனைகள். திரு தியாகராஜன் மற்றும் குழுவினரால் பாடப்பட்டுள்ளது.

விலை ரூ. 50.00

ஸ்ரீ வைபவ லக்ஷ்மி பூஜா மற்றும் லக்ஷ்மி ஸ்தோத்திரம்

வைபவ லக்ஷ்மி பூஜை ஸ்தோத்திரங்கள் மற்றும் மஹாலக்ஷ்மி அஷ்டகம், மஹாலக்ஷ்மி ஸ்துதி, ஸ்தோத்திரங்கள் அடங்கியுள்ளன. இவற்றை தியாகராஜன் குழுவினர் திருத்தமான உச்சரிப்பில் ஸ்லோகங்கள் மனதில் பதியும்படி பாடியுள்ளனர்.

விலை ரூ. 50.00

(இரண்டும் சூப்பர் ஆடியோ (சென்னை) பிரைவேட் லிமிடெட் தயாரிப்பு, 713 அண்ணா சாலை, சென்னை - 600 006)

MONI CHHARA SHUNYA LAGEY

பெங்காலியில் புகழ்பெற்ற கவிஞர் கௌதம் சாட்டர்ஜியின் பாடல்கள் இளம் பெங்காலி கலைஞர்களால் பாடப்பட்டுள்ளது.

விலை ரூ. 40.00

MEGH PAKHI

பெங்காலி மொழி மெல்லிசைப் பாடல்கள். பாடல்களை இயற்றிப் பாடியிருப்பவர் கௌதம் கோசால். புதுமையான இசையில் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ள இந்த இரண்டு கேஸட்டுகளும் மொழி தெரியாதவர்களைக் கூட மெய்மறக்கச் செய்யும்.

விலை ரூ. 40.00

(இரண்டும் காஸ்மிக் மியூஸிக் வெளியீடு, 6, முதல் லிங்க் தெரு, சி.ஐ.டி., காலனி, ஆழ்வார்பேட்டை, சென்னை - 600 014)

பப்படம் பொரிக்கும் போது பூரி மாதிரி இருபுறமும் பொங்கிப் போய் விடும். ஒருசிலருக்கு இது பிடிக்காது. அவர்கள் பப்படத்தைப் பொரிக்கும் முன் ஒரிரண்டு இடத்தில் கத்தியால் குத்தி விட்டுப் பொரித்துப் பாருங்கள். கைமேல் பலன்!

- எம். சசிகலா பானு



பெண் பார்க்கும் இடத்தில் எல்லோருக்கும் வியப்பு. சாதாரணமாகப் பெண்ணும் பிள்ளையும்தான் தனியாகப் பேசிக் கொள்ள விரும்புவார்கள். புத்திசாலிப் பெண்ணாக இருந்தால் அந்தச் சந்திப்பிலேயே வரப் போகிறவன் எப்படி எனத் துல்லியமாகக் கணித்து விடுவாள்.

ஆனால் வடிவு வித்தியாசமான ஒரு கோரிக்கையை முன்வைத்தாள்.

பிள்ளையின் தாயுடன் பக்கத்தில் இருந்த பிள்ளையார் கோவிலுக்கு அரைமணி நேரம் போய் வர அனுமதி கேட்டாள்.

பிள்ளையைப் பெற்றவள் ஒருகணம் தடுமாறினாள். "எதற்காகக் கூப்பிடுகிறாள்? என்ன கேட்கப் போகிறாள்?"

"போய் விட்டு வாங்க அம்மா!" என்றான் பிள்ளை தயங்காமல்.

வடிவிற்குப் போன தையுடன் முப்பது முடிந்து விட்டது. அவள் அப்பாவிற்கு அத்தனை வசதி போதாது. அவள் நிறம் கறுப்பு. ஆனால் களையான முகம். காலேஜ் படி மிதித்தது இல்லை. ஆனால் உலக ஞானம் போதுமானது உண்டு. குக்கர், மிக்ஸி, கிரைண்டர், வாஷிங் மெஷின் - இவற்றைப் பார்த்து மட்டும் இருக்கிறாள். ஆனால் விறகு அடுப்பை வைத்துக் கொண்டே ஒரு மணி நேரத்திற்குள் நாக்கிற்கு ருசியாகவும் வயிற்றுக்கு இதமாகவும் சமைத்துப் போடச் சாமர்த்தியம் உண்டு.

எத்தனையோ பேர் அவளைப் பெண் பார்த்து விட்டுப் போன பிறகு வந்தவன் இவன். ஐந்து பவுன் நகைக்கும் ஐயாயிரம் ரூபாய் ரொக்கத்திற்கும் அவளுக்குத் தாலி கட்ட யாரும் முன்வரவில்லை. இப்போது வந்துள்ள பையனுக்கு - இல்லை, மனிதனுக்கு வயது முப்பத்தெட்டு. இருபத்தேழு வயதாகும் போதே ஒரு கல்யாணம் முடிந்திருந்தது.

அந்தப் பெண்ணிற்கும், அவன்

விளக்கேற்ற வா!



அன்னம்

தாய்க்கும் ஒத்துப் போகவில்லை.

ஏறத்தாழ நான்கு மாதங்களுக்கு ஒருமுறையாவது பெரியதாக ஒரு சண்டையை வளர்த்துக் கொண்டு அவள் பிறந்தகம் போவாள். அவள் வீட்டில் அவளுக்கு ஆயிரம் புத்தி சொல்லி - அபராதம் பணம் போல் புதிதாக ஏதாவது சீர்வரிசையுடன் - திருப்பிப் புகுந்த வீட்டில் கொண்டு போய் விடுவார்கள். அங்கு விடைபெறும் போதே - வேதாளம் திரும்பவும் எப்போது முருங்கை மரத்தில் என்ற பயம் இருக்கும். அந்தப் பயம் நியாயமானதுதான் என நிரூபிப்பது போல் மறுபடியும் மறுபடியும் வந்து நிற்பான்.

பையன் படித்தவன். பெருமையாகச்



சொல்லிக் கொள்ளும் அளவிற்குச் சொத்து வசதி, சொந்த சம்பாத்தியமும் உண்டு. ஒரே பிள்ளை. அவன் தந்தை இறந்த பிறகு அவனை இந்த நிலைக்கு ஆளாக்க அவன் தாய் எத்தனை சிரமப்பட்டு இருப்பாள் என்பதை மறக்கும் ரகம் இல்லை.

கடைசியாக அவன் பெற்றோர் அவனைப் புக்ககத்தில் சேர்த்து விட்டுத் திரும்பிய ஏழாம் நாள் 'கூரியர் சர்வீஸில்' ஒரு தபால் வந்தது. அவர்கள் பெண்தான் எழுதியிருந்தாள். "நான்கு நாட்களில் ஒரு நிரந்தரமான தீர்வுக்கு ஏற்பாடு செய்யாவிட்டால் அவன் தற்கொலை செய்து கொள்வானாம்."

ஊர்ப் பெரியவர்கள் முன்னிலையில் மண விலக்கு உறுதி செய்யப்பட்டது. அவள் கொண்டு போன சீர் - திருமண போட்டோ ஆல்பம் உள்பட திருப்பப்பட்டது. சட்டப்படி விவாகரத்திற்கு விண்ணப்பித்து ஒரு வருஷம் ஆகப் போகிறது.

தீர்ப்பை இன்னும் பத்து நாட்களில் எதிர் பார்த்தார்கள். அதற்குள் பிள்ளைக்கு ஒரு பெண்ணை நிச்சயிக்க அவன் அம்மா முடிவு செய்தாள். வசதி வேண்டாம். அழகு வேண் டாம். பெரிய படிப்போ வேலையோ வேண் டாம். அடக்கமாக - மற்றவர்கள் மனதைப் புரிந்து கொள்ளக்கூடிய பெண் போதும். அப் படி நினைத்துத்தான் அவர்கள் வடிவைப் பார்த்துச் சம்பந்தம் பேச வந்தார்கள்.

கோவிலுக்கு வரும் வரை வடிவும், பிள்ளையின் தாயான மெய்யம்மையும் ஏதும் பேசவில்லை. எப்படி ஆரம்பிப்பது என்ற சிந் தனையில் வடிவும் என்ன பேசப் போகிறாள் என்ற ஒரு தவிப்பில் மெய்யம்மையும் இருந் தார்கள்.

அவர்கள் போன சமயம் கோவிலில் கூட்

இந்த இதழில் பல பக்கங்களில் பெட்டிச் செய்திகளாக இடம்பெற்றுள்ள வி.ஐ.பி.க்களினுடைய அம்மாக்களின் பேட்டிகள் & தொகுப்பு : ஸ்வாதி

டம் இல்லை. ஒரு மேடையில் உட்கார்ந்தார்கள். தான் உட்காரச் சொன்ன பிறகே வடிவு அமர்ந்ததில் மெய்யம்மைக்கு ஒரு திருப்தி.

"உனக்கு என்ன பிரச்சினை? என்னை எதற்காக இங்கே கூட்டி வந்தாய்?" என நேரடியாகக் கேட்டு விட்டாள் மெய்யம்மை.

"எனக்கு எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை" என்றாள் வடிவு.

"இரண்டாம்தாரமாக வாழப் போகிறோமே என மன உறுத்தல் ஏதாவது இருக்கிறதா?"

"அதெல்லாம் இல்லை. அப்படி இருந்திருந்தால் இத்தனை தூரத்திற்கு இந்தச் சம்பந்தம் வளர்ந்திருக்காதே.."

"அப்புறம்?"

"உங்களிடம் கொஞ்சம் மனம் விட்டுப் பேச வேண்டும். உங்கள் மருமகள் உங்களுக்கு ஏற்கெனவே உறவு முறையா?"

"உம்... ஏதோ தூரத்து உறவு.."

"தெரிந்த பெண்ணே அப்படி இப்படி இருந்த போது நான் மட்டும் ஒரு நல்ல மருமகளாக இருப்பேன்னு எப்படி நம்பறீங்க?" - நேரிடையாகப் பொட்டில் அடித்தாற்போல் ஒரு கேள்வி.

மெய்யம்மைக்குப் பதில் சொல்லத் தெரியவில்லை.

"ஒரு நம்பிக்கைதான்..." என இழுத்தாள்.

"நம்பிக்கை மட்டும் வாழ்க்கை ஆகிவிடாது அம்மா... நான் கல்யாணமாகி உங்கள் வீட்டிற்கு வந்தால் சுதந்திரமாக இருக்க முடியுமா? பயமா இருக்கு... என்ன செய்தாலும் எப்படிப் பேசினாலும் அதை நீங்க தவறாக எடுத்துப்பீங்களோனு நடுக்கம் இருக்கும். உங்களை என்னால் திருப்திப்படுத்த முடியாமல் போனால் - என்னைத் திருப்பிக் கூட்டிக் கொள்ள என் வீட்டில் வசதி இல்லை."

"உனக்கு அந்தப் பயமே வேண்டாம்... இந்தக் கல்யாணம் நடந்ததும் நான் காசி, ராமேஸ்வரம் என்று புறப்பட்டுப் போய் விடுவேன்."

"சே! சே! உங்களைக் காசி, ராமேஸ்வரம்னு விரட்டி அடிக்கவா நான் உங்கள் வீட்டிற்கு வர வேண்டும்... அப்படி ஒரு எண்ணம் எனக்குக் கிடையாது."

"நான் சும்மா ஒரு பேச்சுக்குச் சொன்னேன். கோபம் வந்தால் நானும் மனிதப் பிறவிதானே? ஏதாவது நான்கு வார்த்தைகள் நானும் வேகமாகப் பேசி இருப்பேன். நீ வந்தாலும் தப்புனு தெரிஞ்சா நான் வாயை மூடிண்டு இருக்க மாட்டேன். அது என் சுபாவம்."

"தப்புன்னா கோபிக்கத்தான் வேண்டும். என் அம்மா கோபிக்கிறது இல்லியா? தாம்பத்தியம்கிறது உடல்கள் சம்பந்தப்பட்டது மட்டும் இல்லைன்னு உங்களுக்குத் தெரியும். இரண்டு



உலகெங்கும் பெண்களுக்கு அநீதி இழைக்கப்படுவது தொடர்கதையாகத்தான் இருக்கிறது. பாகிஸ்தானின் பஞ்சாப் மாகாணத்தில், ஏதுமறியாத 14, 15 வயது இளம் சிறுமிகள், 77, 55 வயதுடைய தாத்தாக்களுக்குத் திருமணம் செய்விக்கப்பட்டுள்ளனர். நீதிமன்றுந்தால், கொலைக் குற்றம் சாட்டப்பட்ட ஒரு குடும்பத்தைச் சார்ந்த 4 பேரைக் காப்பாற்ற இம்மாதிரி இயல்புக்கு மீறிய திருமணம்.

விஷயம் வெளியே தெரிந்ததும், உச்சநீதிமன்றம் தலையிட்டதால், அவர்கள் இப்போது அந்தக் கிழங்களிடமிருந்து விடுவிக்கப்பட்டுள்ளனர்.

இது மட்டுமல்ல: நீதிமன்றத் தண்டனைகளுக்குப் பயந்து இம் மாதிரி கட்டப் பஞ்சாயத்துக்களுக்குக் கட்டுப்பட்டு 8 பெண்களையும், 8 மில்லியன் ரூபாயும் கொடுக்கத் தயாராக இருக்கிறார்களாம்!

ஆதாரம் : தி இந்து, தகவல் : மா. உலகநாதன்.

மனங்களும் ஒத்துப் போகணும். இந்தக் கல்யாணத்தினாலே உங்கள் மகனுக்குப் புதிதாக எந்த அனுபவமும் ஏற்படப் போவது இல்லை. என்னைத் தொடும் போது அவருக்குப் பழைய நினைவுகள் வரத்தான் செய்யும். அந்தப் பெண் அவருடன் கூடச் சண்டை போட்டிருக்கலாம். ஆனால் கூட வாழ்ந்த அத்தனை ஆண்டுகளில் அவர்கள் மனம் கனிந்து, கரைந்து போய் ஒருவரை ஒருவர் எப்படி நேசித்து இருப்பார்கள்? அந்த நாட்களை எப்படி மறக்க முடியும்?

"இதெல்லாம் நாங்கள் உன்னைப் பெண் பார்க்க வருமுன் உன் அப்பா அம்மாவிடம் கேட்டிருக்க வேண்டிய கேள்வி.." மெய்யம்மையின் முகம் சிவந்தது.

"கேட்டிருக்க முடியாது அம்மா... அவர்களைப் பொறுத்தவரை நான் ஒரு சுமை. இறக்கி வைக்க ஒரு இடம்தான் தேடுகிறார்கள்."

"முடிவாக நீ என்ன சொல்ல வருகிறாய்?"

"அம்மா! நீங்கள் கவனித்தீர்களோ, இல்லையோ. நான் உங்களை வணங்கிய சமயம் உங்கள் பிள்ளை என்னை நிமிர்ந்து கூடப் பார்க்கவில்லை. என் விழிகளைச் சந்திப்பதை அவர் தவிர்த்தார். 'எவளோ ஒருத்தி வரப் போகிறாள். அவள் இவளாகத்தான் இருந்து விட்டுப் போகட்டுமே' என விட்டேற்றியாக இருப்பது போல்பட்டது. உங்கள் மருமகளை அவர் இப்போது உடலளவில் பிரிந்திருக்கலாம். மனதளவிலும் மறந்து விட்டாரா - குறைந்த பட்சம் வெறுக்கிறாரா - என்கிற பயம் எனக்கு வருகிறது."

மெய்யம்மையால் மறுக்க முடியவில்லை. இவள் எப்படியோ அவள் மகன் மனதைப் படித்திருக்கிறாள்.

அவன் தன் மனைவியை இன்னும் மறக்கவே இல்லைதான். இப்போது எல்லாம் ஒரு யந்திரம் போல் கேட்கும் கேள்விகளுக்கு ஓரிரு வார்த்தைகளில் பதில் சொல்கிறான். எதையோ பறிகொடுத்த பார்வை. காபி கொண்டு வைத்தால் ஆறிப் போயிருக்கும். அதைக் கூடக் கவனிக்காமல் அப்படி ஒரு யோசனை. 'பெண் பார்க்கச் சொல்லலாமா' அதற்கும் ஒரு 'உம்'. 'போய்ப் பார்த்து விட்டு வரலாமா?' அதற்கும் ஒரு 'உம்'.

வடிவு தொடர்ந்தாள்.

"இப்போது யார் கட்டாயமும் இல்லாமல் - முதல் மனைவியை மனமாரத் துறந்து விட்டுத் தான் எனக்குத் தாலி முடியப் போகிறார் என்ற நம்பிக்கை உங்களுக்கு இருக்கிறதா... சொல்லுங்கள். அது போதும்."

மெய்யம்மையால் பதில் சொல்ல முடியவில்லை.

"அம்மா, நீங்கள் உடனே பதில் சொல்ல வேண்டாம். ஊருக்குப் போய் நன்றாக யோசனை செய்து விட்டுச் சொல்லுங்கள். அவர் நேரிடையாகச் சொல்ல வேண்டுமென்பதில்லை. என்னைப் போல் நீங்களும் பெண். அனுபவம் அதிகம். வெறும் சாவி கொடுத்தால் கையையும் காலையும் ஆட்டும் பொம்மை இல்லை."

இருவரும் எழுந்து விட்டார்கள். பக்கத்தில் சாதுவாக நடந்து வந்த வடிவு விசுவரூபம் எடுத்த தெய்வமாக மெய்யம்மைக்குத் தெரிந்தாள்.

'ஊருக்குப் போய்த் தாக்கல் அனுப்புவதாக' மெய்யம்மை சொன்ன போது அவள் மகன் விழிகளில் தெரிந்த நிம்மதியை வடிவால் உணர முடிந்தது. மற்றவர்களுக்கு இது அதிர்ச்சி. வரன் குதிர்ந்து விடும் என்ற நம்பிக்கையில் இருந்தார்கள்.

"என்ன ஆச்சு வடிவு? அவர்கள் சம்மதம்

எங்கள் வீட்டு அடுக்களையில் ஒரு தம்ளரில் மண் வைத்து அதில் சின்ன வெங்காயம், பெரிய வெங்காயத்தையும் ஊன்றி வைத்து விட்டேன். அது சில நாட்களிலே துளிர் விட்டு வளர்ந்து விட்டது. இதில் என்ன விசேஷம் என்றால் வெங்காயச் செடி வந்த பிறகு பல்லி வரவு அறவே நின்று விட்டது.

- பி. ஜானகி.



எனச் சொல்வார்கள் என ரொம்பவும் எதிர்பார்த்தேன்'' என்றார் அவன் அப்பா ஆற்றாமையுடன்.

''ஏன் அப்பா பதட்டப்படுகிறீர்கள்? ஒருதரம் சூடு பட்டுக் கொண்டவர்கள் இல்லையா, யோசிக்கிறார்கள். நான் அந்த வீட்டிற்குத்தான் மருமகளாகப் போக வேண்டும் என்று விதி இருந்தால் யாரும் மாற்ற முடியாது" எனச் சமாதானப்படுத்தினாள் வடிவு.

ஒரு வாரம் கழித்துக் கடிதம் வந்தது. வடிவின் அப்பாவிற்கு அல்ல. வடிவின் பெயருக்கு.

"நான் பெறாத என் பெண் வடிவிற்கு மெய்யம்மையின் ஆசிகள்.

அன்று கோவிலில் நீ பேசிய சமயம் முதலில் என்னுள் கோபமும் ஆத்திரமும்தான் தலைதூக்கின. ஆனால் உன் கனிவான பார்வையாலும் இதமான வார்த்தைகளாலும் என்னைக் கட்டிப் போட்டு விட்டாய்.

சின்னப் பெண்தான் நீ. ஆனால் எல்லாக் கோணங்களிலும் யோசித்து நீ எனக்குச் சொன்னது ஒரு புதிய கீதை. எனக்கு அது அவசியம் தேவைப்பட்டது. அந்தப் பெண் எத்தனை எதிர்பார்ப்புகளுடன் என் வீட்டிற்கு வந்திருப்பாள் என்று என்னை யோசிக்க வைத்தாய். அவள் எதிர்காலம் என்ன ஆகும் என்பதை என்னால் நினைத்துப் பார்க்கவே நெஞ்சம் கூசுகிறது. என்னிடம் நீ கேட்ட சந்தேகத்திற்கு என் பிள்ளையிடம் நேராகவே விளக்கம் கேட்டேன். அவன் அழுது விட்டான் - சின்னப் பிள்ளை மாதிரி. அப்படி அவன் அழுதது என் அடிவயிற்றைக் கலக்கியது.

அவன் இன்னும் மரகதத்தை மறக்கவில்லை. முடியவில்லை. என் கட்டாயத்தின் பேரில் - நான் செய்த நிர்ப்பந்தத்தினால்தான் - மணவிலக்கு, கோர்ட் வழக்கு, மறுமணம் எல்லாமே எனப் புரிந்தது.

அவர்கள் வீடு தேடி நான் போனேன். என்னை அவர்கள் கொஞ்சமும் எதிர்பார்க்கவில்லை. வீடே களையிழந்து கிடந்தது. என்னைக் கண்டு முதலில் பயந்து மரவட்டையாகச் சுருண்ட மரகதம் என் கால்களைக் கட்டிக் கொண்டு கதறி விட்டாள். அவள் அப்பா அம்மா கைகளைக் கூப்பிக் கண்களில் நீர்மல்க நின்றார்கள். இனிமேலும் நான் பிடிவாதமாக இருந்தால் நான் பெண்ணே அல்ல - பேய்!

"உனக்குத்தான் எத்தனை பரந்த மனசு? என் வீடு வசதியானது. தாலி கட்டிக் கொண்டு வந்தால் நீ ராணியாக இருந்திருக்கலாம். உன்னிடமும் நான் குற்றம் கண்டால் ஊர் என்னைத்தான் ஏசும். உன் எதிர்கால வளமையைக் கூட நீ பெரிதாக நினைக்காமல் உண்மை நிலையை எனக்குப் புரியும்படி சொன்னதற்கு நான் கடமைப்பட்டிருக்கிறேன்.

வழக்கை வாபஸ் வாங்கி விட்டோம். ஒரு வாரத்தில் அவர்கள் தனிக்குடித்தனம் போகிறார்கள். தூர இருந்து அவர்களை வாழ்த்த என் மனதைப் பக்குவப்படுத்தி விட்டாய்.

அந்த வீட்டில் அவர்களை வாழவைக்க எனக்கு அருகதை இல்லை. விளக்கேற்றி வைக்க நீதான் வர வேண்டும். தட்டாமல் வருவாய் என நினைக்கிறேன்."

உன்னை எதிர்பார்க்கும்
மெய்யம்மை

பின் குறிப்பு : இத்தனை வக்கணையாகக் கடிதம் எழுதும் அளவிற்கு எனக்குப் படிப்பு போதாது. என் அண்ணன் மகன்தான் என் உள்ளத்து உணர்ச்சிகளைச் சொற்களாகக் கோர்த்து இருக்கிறான். அவனுக்கும் ஒரு பெண்ணைத் தேடிக் கொண்டு இருக்கிறார்கள் உன்னைப் பற்றி என்னிடம் திரும்பத் திரும்ப விசாரிக்கிறான். உனக்குப் பிடித்திருந்தால் மேலே பேசுவோம். அவன் கொடுத்து வைத்திருக்க வேண்டுமே...

மெய்யம்மை.

வடிவு கடிதத்தை அவள் தந்தையிடம் கொடுத்தாள்.

அவருக்குப் பெருமையாக இருந்தது. முகமறியாத ஒரு பெண்ணின் வாழ்க்கையில் ஒளி ஏற்றிய அவர் பெண்ணின் எதிர்காலமும் பிரகாசமாக இருக்கும்.



எங்கும் எதிலும் நுனிப்புல் மேய்ச்சல்!

பெ. நாயகி

பன்முக ஆளுமை (Multi Faceted Personality) என்கிற பதம் மிகத் தவறாகப் பொருள் கொள்ளப்படுகிறதோ என்று தோன்றுகிறது. நிபுணத்துவத்துக்கும் தெரிந்து வைத்திருப்பதற்குமான வித்தியாசத்தை உணர மறுக்கிறோமா என்று புரியவில்லை.

சமீபத்தைய பேட்டி ஒன்றில் பிரபல பரதநாட்டியப் பள்ளி ஆசிரியர் சொல்லி இருந்தார் : "இப்போதெல்லாம் பிள்ளைகளைக் கொண்டு வந்து சேர்க்கும் போதே அதன் பெற்றோர் 'எப்படியாவது இன்னும் ஆறு மாசத்தில் அரங்கேற்றத்துக்குத் தயார்ப்படுத்திடுங்க மேடம்' என்று வேண்டுகோள் வைக்கிறாங்க. அவங்க நோக்கம் தன் பிள்ளை பரதத்தில் தேர்ச்சி பெறணும் என்பதை விட அரங்கேற்றம் ஆயிடுச்சுங்கறதைப் பிள்ளையின் கிரெடிட்டில் சேர்ப்பதாகத்தான் உள்ளது." இன்றைய பெற்றோர் குறித்த படப்பிடிப்பு அந்த வார்த்தைகள்.

பள்ளிக்கூடம் விட்டு வந்த பிள்ளையை உட்கார வைத்து காபியோ ஏதோ கொடுத்தபடியே தணிவாக, 'இன்னிக்கு நாள் எப்படி இருந்தது? நண்பர்கள் ஏதாவது புதிய அனுபவம் தந்தார்களா? ஆசிரியர்கள் என்ன சொல்லித் தந்தார்கள்? உனக்கு என்னிடம் பகிர்ந்து கொள்ளுவது போல் சுவையான செய்தி ஏதும் வைத்திருக்கிறாயா? என்று பதினைந்து நிமிடமாவது பேசும் பெற்றோர் இன்றைய தேதியில் இருக்கிறார்களா என்று தெரியவில்லை. பள்ளிவிட்டு வந்ததும் வராததுமாக 'ஓடு ஓடு டியூஷனுக்கு நேரமாச்சு.

டான்ஸ் கிளாஸுக்கு நேரமாச்சு. பாட்டு கிளாஸுக்கு நேரமாச்சு கராத்தே கிளாஸுக்கு நேரமாச்சு' என்று விரட்டாத குறையாக ஓட்டிக் கொண்டிருப்பதால் அவன் இலக்கு தெரியாத தெருப்பிராணியாக அல்லவா ஓடிக் கொண்டே இருக்கிறான்.

இன்றைய குழந்தைகளுக்கு தன் பெற்றோர் குறித்த தெளிவு நிச்சயமாக இல்லை. தான் என்ன செய்தால் பெற்றோருக்குப் பிடிக்கும்; தான் எப்படி இருக்க வேண்டும் என்று அவர்கள் எதிர்பார்க்கிறார்கள் என்று தெரியவில்லை. அவர்களுக்குத் தெரிந்ததெல்லாம் ஒன்றே ஒன்றுதான். அப்பாவுடன் வேலை பார்க்கும் ஒருவருடைய குழந்தை மாதிரியோ அம்மாவுடைய தோழி ஒருவருடைய குழந்தை மாதிரியோ நான் இல்லை என்கிற எரிச்சல் அம்மாவுக்கும் அப்பாவுக்கும் இருக்கிறது என்பது மட்டும்தான். அதற்குக் குழந்தைகள் என்ன செய்ய வேண்டும் என்று பக்குவமாகச் சொல்லித் தரும் முதிர்ச்சி கூட பல பெற்றோர்களுக்கு இல்லை.

'அகல உழுவதிலும் ஆழ உழு' என்றொரு பழமொழி உண்டு. அப்படி ஒன்று இருப்பதே இன்றைய தலைமுறைக்குத் தெரியாது. அவர்களுக்கு ஆழமாக எதைச் செய்யவும் சொல்லித் தரப்படவில்லையே. உணவையாவது நிதானமாகச் சுவைத்து உண்ண விடுகிறோமா? அதிலும் அவசரமாகத் தயாரித்த உணவினை வேகமாக நான்கு வாய் அள்ளிப் போட்டுத் தண்ணீர்க் குடித்து உள்ளே தள்ளி விட்டு ஓட வைக்கிறோம். எதிலும் முழுமை கிடையாது.

எந்த டியூஷன் வகுப்பும் அறிவு பெருக்குவதற்கு இல்லை. அவர்களின் நோக்கம் பரீட்சைக்குத் தயார் செய்வது மட்டுமே. அறிவாவது ஒன்றாவது! பாரதியார் யார் என்பதா முக்கியம்? கடந்த ஐந்தாண்டுகளில் அவர் குறித்து தேர்வுகளில் கேட்கப்பட்டுள்ள கேள்விகள் என்னென்ன? அவற்றிற்கு எப்படி விடை அளித்தால் முழு மதிப்பெண் கிடைக்கும் என்பதுதானே முக்கியம்?

கராத்தே வகுப்பும் அந்தக் கலையை முழுமையாக அறிவதற்கு இல்லை. ஏதோ ஒரு வர்ணத்தில் பெல்ட் வாங்குவதற்குத்தான். பாட்டோ, பரதமோ அரங்கேற்றத்திற்காகத்தான். வாத்தியம் வாசிக்கக் கற்பதும் அதன் நுணுக்கங்களை அறிந்து தேர்வதற்கு இல்லை. என் பிள்ளைக்கு எல்லாம் தெரியும் என்று பெற்றோர் தம்பட்டம் அடித்துக் கொள்ளும் அளவுக்குத் தெரிந்து கொண்டால் போதுமானது. அதிலேயே மூழ்கி விட்டால் பரீட்சையில் எப்படி மதிப்பெண் வாங்கி முதல் ராங்கைத் தக்கவைப்பது?

கலைகளுக்காகப் பிள்ளைகளைத் தயார் செய்து ஆண்டுக்கணக்கில் அவர்கள் முழுமையாய்க் கற்றுத் தேற விட இன்றைய பெற்றோர்களுக்குப் பொறுமை கிடையாது. ஏனென்றால் அவர்கள் திடீர்ப் புளியோதரை, திடீர் ரசம் கலாச்சாரத்தில் வளர்ந்தவர்கள்தானே.

இன்றைய நவீன உலகில் மனிதனின் ஆயுள் உயர்ந்திருக்கிறது என்பதைப் பெருமையாக நினைக்க முடியாமல் ஆரோக்கியமான ஆயுள் குறைந்திருக்கிறது என்கிற கசப்பான உண்மை குறுக்கிடுகிறது. பழைய தலைமுறையில் ஐம்பது அகவையை ஒட்டி ஏற்பட்ட சகல நோய்களும் இப்போது முப்பது வயதிலேயே இருபாலருக்கும் வந்து விடுகிறது. எதனால்?

உடல் உழைப்பு மிகவும் குறைந்து விட்டது; தேவை இல்லாத ஒப்புமைகளால் மன உளைச்சல்கள். உணவை ஆழ்ந்து சுவைத்து மென்று உண்பதில்லை. ஒரு கை சாப்பாட்டில் இருக்கும்போதே இன்னொரு கையில் ஏதாவது புத்தகம், எதிரே ஓடிக் கொண்டிருக்கும் தொலைக்காட்சி. அதனால் அஜீரணக் கோளாறுகள். நேரத்துக்கு உண்பதில்லை. போலியான வேலைப் பளு. விளைவு அஸிடிட்டி. பத்து வருடங்களுக்கு முன்பு இந்த வார்த்தையையே நாம் கேட்டதில்லை. சுவாசத்தை ஆழ்ந்து இழுத்து நுரையீரலை நிரப்புவதில்லை. அதனால் சோர்வும் நன்னம்பிக்கையும் குறையும். எந்த ஒரு நிகழ்வு குறித்தும் ஆழ்ந்து சிந்திக்கும் வழக்கம் இல்லை. அத



என் அத்தை அரைக்கும் புதினா துவையல் எப்பவுமே டேஸ்ட்டியாகவும், கலர்ஃபுல்லாகவும் இருக்கும். இரகசியம் கேட்டபோது, மற்ற துவையலை விட புதினாவுக்குப் புளி சற்று தூக்கலாக வைக்கவும், புதினாவை அதிக நேரம் வதக்கக் கூடாது, கடைசியாக உளுத்தம் பருப்பு சிவக்க வறுத்து அரைத்தெடுக்கக் கூறினார். செய்தேன். பிரமாதம் போங்கள்!

- காந்திமதி கிருஷ்ணன்.



னால் தெளிவின்மையும் படபடப்பும்.

அடுத்த அரைகுறை ஞானம் பக்தி குறித்தது. கோவிலுக்குச் சென்றால் கூட நியதிகளை ஒழுங்காகப் பின்பற்றுவதில்லை. பிரதோஷத்துக்கு சிவன் கோவில் போக வேண்டும் என்பதில் பிடிவாதமாக இருக்கும் பலரும் கோவிலில் எப்படி பிரகாரம் சுற்ற வேண்டும் என்று தெரிந்து செய்வதில்லை. இன்றைய தேதியில் ஜோசியம் குறித்துப் பேசாத நபர்கள் குறைவு என்கிற அளவுக்கு ஆளாளுக்கு கிரகப் பெயர்ச்சிப் பலன்கள் சொல்ல ஆரம்பித்து விட்டார்கள். நான்கு பேரின் கணிப்புகள் நாற்பதுவிதமாக இருப்பதால் நிஜமான கணிப்புகளின் மதிப்பு நீர்த்துப் போய் விடுகின்றது.

அடுத்த அரைகுறை ஞானம் மருத்துவம் குறித்தது. கம்ப்யூட்டரில் உருவாகி வரும் புதுப் புது வைரஸ்களுடன் போட்டி போடும் விதமாகக் காற்றிலும் நீரிலும் பரவி வரும் மாசுகளின் விளைவாகப் புதிது புதிதாக வியாதிகள் பரவும் நாளில் தமக்குத் தெரிந்த பழைய மாத்திரைகளைப் போட்டுப் பிரச்சினைகளைச் சிக்கலாக்கிக் கொள்ளும் தவறும் பெருகி வருகிறது.

உடற்பயிற்சி குறித்த விஷயத்திலும் முழுமையான தெளிவு இல்லாமல் இருப்பது; திடீரென்று மூடு வந்தது போல் சில நாட்கள் மட்டும் முரட்டுத்தனமான பயிற்சிகளில் ஈடுபட்டுப் பிறகு விட்டு விடுவது. அழகியாகிறேன் என்கிற பெயரில் பட்டினி கிடந்து உடம்பின் ஆரோக்கியத்தைக் கெடுத்துக் கொள்வது என்று எதையும் நாம் விட்டு வைக்கவில்லை.

எல்லாவற்றையும் விட மோசம் தியானம், யோகம் குறித்த அரைகுறை ஞானம். சரியான குருவோ வழிகாட்டியோ இல்லாமல் இவற்றில் ஈடுபடுவதைத் தவிர்க்கலாம். அவநம்பிக்கையை முன்னிறுத்தி, செய்துதான் பார்ப்போமே என்று சோதித்துப் பார்க்கும் விஷயம் அல்ல இவை. நம்பிக்கையின் அடிப்படையில் பயன் எதிர்பாராது செய்யும் 'செயலற்ற செயல்'தான் என்கிற தெளிவு ஏற்பட வேண்டுமானால் அதில் கொஞ்சமாவது ஆழமாகச் செல்ல வேண்டும். ஆரம்ப காலங்களில் நம்முள் ஏற்படும் உட்கொந்தளிப்புகளின் துப்புரவாக்கும் பணி (CATHARSIS) முழுமை அடைந்து சிந்தனை வசப்படும் வரையிலான பொறுமை வேண்டும். சும்மா இரண்டு நாட்களுக்குக் கண்களை மூடி உட்கார்ந்து விட்டு ஒன்றும் மாறவில்லையே என்று முடிவுக்கு வர இது ஷார்ட் டைம் கோர்ஸ் அல்ல.

தொலைக்காட்சியைப் பார்க்கும் போதாவது ஒரே நிகழ்ச்சியை முழுதாகப் பார்ப்பவர் உண்டோ? தொலை இயக்கியைக் கையில் வைத்து அழுத்தியபடி ஒவ்வொரு சேனலாக மாற்றிக் கொண்டே போய் ஒரு மணி நேரத்தில் இரண்டு திரைப்படங்கள், நான்கு சீரியல்கள், இரண்டு கவுண்ட் டவுன் ஷோக்கள், ஓரிரண்டு டாக் ஷோக்கள், மூன்று நகைச்சுவை நிகழ்ச்சிகள் என்று எல்லாவற்றையும் மேம்போக்காகப் பார்க்கும் பாங்கு பெருகி விட்டது. நம்முடைய தேவை நிகழ்ச்சிகளிலிருந்து ஏதாவது அறிவதோ, நிகழ்ச்சிகளை ரசிப்பதோ அல்லாமல் மறுநாளைய அலுவலக மேசையின் வெட்டிப் பேச்சின் போதும் நண்பர்கள் மத்தியிலும் மேற்கோள் காட்டிப் பேச முடிவதில்லை; இத்தனையும் பார்த்து விடுகிறாயா நீ என்று அவர்களை வியக்க வைப்பதில் கிடைக்கும் ஒரு சகல கலா வல்லவ இமேஜின் தேவைதான் என்றாகி விட்டதே.

அடுத்தவரின் கவனத்தை ஈர்க்கும் நோக்கம் இல்லாத எந்தக் காரியமாவது நம் அன்றாட வாழ்வில் இருக்கின்றதா? எல்லாமே அவசர வேகத்தில் அள்ளித் தெளிக்கப்படும் கோலங்களாகத் தெரியவில்லை? பல கலை வல்லவராக, பிறரால் அறியப்படுபவராக, சீக்கிரம் பிரபலமாகும் மோகம் எல்லோரையும் ஆட்டி வைக்கிறது. அதன் விளைவுதான் இதெல்லாம்.

எந்தத் துறையிலும் நிலைத்துப் புகழ்பெற அசாத்தியப் பொறுமை சார்ந்த உழைப்பு தேவை. விடாமுயற்சியும் நிலையாயிருத்தலும் கவனத்துக்கு ஏங்காத தன்மையும் அவசியம். நுனிப்புல் மேய்பவர்களுக்கு அது சாத்தியமே இல்லை.

நாம் கிரைண்டரில் தோசைக்கு அரைக்கும் பொழுது, வேகவைத்த உருளைக்கிழங்கை தோல் நீக்கிப் போட்டு அரைக்கவும். அரைத்து எடுத்த மாவை, ஐந்து மணி நேரம் கழித்து, தோசை செய்தால், தோசை சூப்பராக இருக்கும்.

- சித்ரா ஸ்ரீதர்.



தேசிய விருது

1992ஆம் ஆண்டு மே முதல் வாரம் திருச்சி வானொலி நிலையம் 'நவீன இந்தியாவை உருவாக்குவதில் நம்முன் உள்ள சவால்களும் அதற்கான தீர்வுகளும்' என்ற கட்டுரைக்குத் தலைப்பு கொடுத்து அதில் கலந்து கொள்ள மாணவ, மாணவியருக்கு அழைப்பு விடுத்த னர் அந்தப் போட்டியினை நடத்திய 'நேரு யுவகேந்திரா'.

என் மகள் வெண்ணிலா அப்போது மல்லூர் அரசு மேல் நிலைப் பள்ளியில் 9ம் வகுப்பு படித்துக் கொண்டிருந்தாள். அந்த அறிவிப்பைக் கேட்டு அக் கட்டு ரைப் போட்டியில் கலந்து கொண் டாள்.

அக் கட்டுரை சேலம் மாவட்ட அளவில் முதல் பரிசு பெற்றது. அதற்கான பரிசினை அப்போது மாவட்ட ஆட்சித் தலைவராக இருந்த இராமையா அவர்கள் பாராட்டி பரிசு வழங்கினார்.

1992 ஆகஸ்ட் முதல் வாரத்தில் திடீரென மனிதவள மேம்பாட்டுத் துறையில் இருந்து இக்கட்டுரை இந்திய அளவில் முதல் பரி சினைப் பெற்றுள்ளதாகத் தந்தி மூலம் செய்தியினை அனுப்பி இருந்தனர். அதற் கான பாராட்டினையும் பரிசையும் பெற்றுக் கொள்ள டெல்லியில் உள்ள 'இந்திரா காந்தி ஸ்டேடிய'த்திற்கு நேரில் வரும்படியும் குறிப்பிட் டிருந்தனர்.



நான், என் சகோதரர், என் அருமை மகள் வெண்ணிலா வும் டெல்லி சென்றோம். அங்கு நம் முன்னாள் பிரதமர் நரசிம்மராவ் அவர்களால் பாராட்டப்பட்டு ரூ. 25000/- ரொக்கப் பரிசும் தேசிய விருது பத்திரமும் வழங்கப் பட்டது.

எங்களுக்கு மூன்று பெண் குழந்தைகள் மட் டும் உள்ளனர். ஆண் குழந்தை இல்லை என்ற கவலை எங்கள் வீட்டில் யாருக்கும் இல்லை. பெரியவள் அனுசுயா நர்ஸாகப் பணிபுரி கிறாள். நடுவில் உள்ள பெண் சுபத்ரா எம்.சி.ஏ. முடித்து விட்டாள். கடைக் குட்டி தான் வெண்ணிலா. தேசிய விருது பெற்ற மாணவியான வெண்ணிலா தற்போது வீரபாண்டி ஒன்றியத்தில் ஆசிரியையாகப் பணிபுரிந்து வருகிறாள்.

— சு. சுசீலா

'அம்மா'வென

அகமகிழ்ந்தேன்!



'என் அம்மா' என மகிழ்கிறேன்!

ஒவ்வொரு குழந்தையும் மண்ணில் பிறக்கும்போது நல்ல குழந்தையாகத்தான் பிறக்கிறது. பின் வாழ்க்கையில் சிறந்த மாணவ, மாணவியராக, பல துறைகளில் தேர்ந்தவராக வளர தாயின் அரவணைப்பும், சிறந்த கவனிப்புமே ஆதாரமாகிறது. இவ்வாறு இன்று தன்னுடைய பள்ளி, கல்லூரி வாழ்க்கையில் சிறந்த மாணவ, மாணவிகளாக விளங்க தங்கள் தாய் எத்தனை ஆதரவாக இருக்கிறார் என்பதைப் பாசத்துடன் கூறுகிறார்கள் சில மாணவ மாணவியர் -

அர்ஜுன் சங்கர் - கல்லூரி மாணவர்


• அர்ஜுன் சங்கர்

"நான் பத்தாம் வகுப்பு வரை சிஷ்யாவில் படித்தேன். ஐ.ஐ.டி.யில் சேர நான் விரும்புவதை உணர்ந்து என் அம்மா என்னை பி.எஸ். சீனியர் செகண்ட்டரி பள்ளியில் சிபிஎஸ்ஈயில் சேர்த்தார். இதோடு ஐ.ஐ.டி. நுழைவுத் தேர்வுக்காகத் தனியான வகுப்புகளுக்கு வேறு செல்ல நேர்ந்தது.

இதன் காரணமாக பதினோராம் வகுப்பில் கணக்குப் பாடத்தில் வைத்த முதல் டெஸ்ட்டில் மதிப்பெண் மிகவும் குறைந்து போய் விட்டது. மனமுடைந்து போன நான், "பள்ளிக் கணக்கையே போட முடியாத நான் எப்படி போட்டித் தேர்வு களை எழுதுவேன்?" என்று அழத் தொடங்கினேன்.

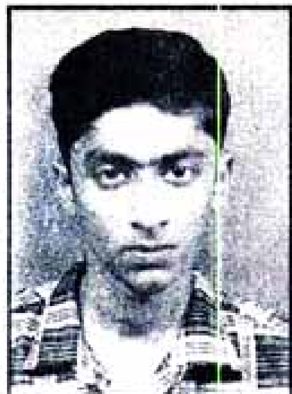
"புது பள்ளி, புதுவிதமான படிப்பு. அதனால் பழக கொஞ்ச நாட்களாகும். கணக்கிற்கென தனியாக ட்யூஷன் சேர்கிறாயா?" என்று அம்மா ஆதரவாய்க் கேட்டதும், "நானே முயற்சி செய் கிறேன்" என்றேன்.

எனக்காக அதிகாலையிலேயே எழுந்து அம்மா என்னை எழுப்பி படிக்க வைத்த காரணத்தால் பதினோராம் வகுப்பின் முடிவில் கணக்கில் என் மதிப்பெண் தொண்ணூற்றி ஆறு.

• ஆதிரா



ஐ.ஐ.டி. வகுப்புகளுக்கு என்னை கொண்டு போய் விட அம்மா அலுத் துக் கொண்டதே இல்லை. இவ்வாறு பள்ளிப் படிப்புடன், போட்டித் தேர் வுக்கும் தயாராகிக் கொண்டிருந்த போது, பள்ளியில் விஞ்ஞான பாடத் தில் தனிப் போட்டித் தேர்வுகள் நடத் தப்பட்டன. எல்லோருடனும் சேர்ந்து எழுதிய போது, எங்கள் பள்ளியி லிருந்தே கெமிஸ்ட்ரி ஒலிம்பியாட்



• கிரி சங்கர்

போட்டித் தேர்வுகளில் இரண்டாம் சுற்றில் ஐந்து பேர் தேர்வு செய்யப் பட்டோம்.

இந்தத் தேர்வுகளுக்குத் தயாராக என்ன படிக்க வேண்டும்? யாரிடம் தனி கோச்சிங் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்று ஆவலுடன் எங்கள் பள்ளித் தலைமை யாசிரியரை நாடி விசாரித்தார் அம்மா. அம்மாவின் கவலையைப் போக்கி பள்ளியே தகுந்த வகுப்புகளை ஏற்பாடு செய்தது. ஐ.ஐ.டி. கல்லூரி வளாகத்தில் நடந்த மூன்றாவது சுற்றிலும் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டு மும்பையில் நடந்த 'காம்ப்பில்' பயிற்சி பெற கிளம்பினேன். இந்தியா முழுவதிலும் இருந்து முப்பது பேர் தேர்ந்தெடுக்கப் பட்டு 'காம்ப்பில்' பங்கேற்றனர்.

பெரியம்மா வீட்டிலிருந்துகொண்டு சென்றதால் அங்கிருந்து அம்மாவிடம் தொலைபேசியில் பேச முடிந்தது. அப்போது ஐ.ஐ.டி. நுழைவுத் தேர்வில் வெற்றி பெற்றது தெரிந்தது. ஆனால் காம்ப்பில் நடந்த தேர்வு, ப்ராக்டிகல்ஸ் பற்றி எந்த விவரமும் பேசவில்லை. 'காம்ப்' நிறைவு பெறும் சமயத்தில் உலக அளவில் கெமிஸ்ட்டிரி ஒலிம்பியாட் போட்டியில் கலந்து கொள்ள நான் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டேன். முப்பது பேரிலிருந்து நான்கு பேர் மட்டும் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டிருந்தோம். நெதர்லாண்டில் உள்ள கிரெள்னினான் என்ற ஊரில் நடக்கப் போகும் பயிற்சிக்குச் செல்லப் போகிறோம். அதனால் உடனே பாஸ்போர்ட்டை சென்னையிலிருந்து மும்பைக்கு அனுப்ப வேண்டும் என்று கூறினார்கள்.



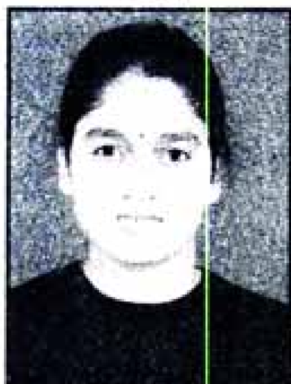
• ஆதிரையின் தாயார்

தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட விவரத்தைத் தொலைபேசியில் அம்மாவிடம் கூறியதும் சற்று நேரம் அம்மா ஒன்றும் பேசவில்லை. பிறகு தெரிந்த நண்பர் ஒருவரின் மூலம் விமானம் வழியே பாஸ்போர்ட்டை அனுப்பினார். திரும்பி நான் சென்னை வந்தவுடன், "ஏன் அம்மா என்னுடன் சரியாகப் பேசவில்லை?" என்று கேட்டதும் நீ தேர்ந் தெடுக்கப்பட்ட விவரம் சொன்னவுடனே என்னால் அழுகையை அடக்க முடியவில்லை அர்ஜுன். சந்தோஷத்தில் அழுகை வந்து விட்டது" என்றார்.

ஜூன் 24ம் தேதி முதல் ஒரு வாரம் திரும்ப மும்பையில் பயிற்சி பெற்று, ஜூலை 4ம் தேதி நெதர்லாண்ட்ஸ் போகிறோம். நாட்டுக்குப் பெருமை சேர்ப்பதோடு, அம்மா மனம் குளிர கட்டாயம் பரிசைப் பெற்று வர வேண்டும் என்பதே என் ஆசை!"

ஆதிரை - பள்ளி மாணவி

• சவிதா



"கான்வென்ட் பள்ளிகளும், சாடிலைட் டி.வி. சானல்களும் இளைய தலைமுறையைக் கட்டி வைத்திருக்கும் நிலையில் என் மனம் மட்டும் கம்ப இராமாயணத்தையும், சங்க இலக்கியம் முதல் சமீப இலக்கியத்தையும் நாட முக்கியக் காரணம் என் பெற்றோர்களே...!

தமிழ்ப் பேராசிரியராக தந்தை இருந்த போது, ஒரு சொற்பொழிவிற்காக கல்கத்தா செல்ல நேர்ந்தது. நான்கு வயதான என்னை உடன் அழைத்துச் சென்ற என் அம்மா, எனக்குத் தனியாக இராமாயண 'கிட்' எனப் படும் பெட்டி ஒன்றைத் தந்திருந்தார். அதிலிருந்து இராமாயணம் தொடர்பான புத்தகங்கள், படங்கள், காஸெட்டுகளை நான் அவ்வப்போது எடுத்துப் பார்ப்



திருமதி ராணி சுப்பராமன் :
(செஸ் வீராங்கனை
விஜயலக்ஷ்மியின் தாயார்)

''செஸ் விளையாடி விஜயலக்ஷ்மி நல்ல பெயர் எடுத்துக் கொண்டிருந்தாலும் 'முதல் பெண் கிராண்ட் மாஸ்டராக' வேண்டும் என்கிற ஆசை அவளுக்கு இருந்து வந்தது. விஜயலக்ஷ்மிக்கு செஸ்ஸில் பயிற்சி செய்வது முதல் எல்லாவற்றையுமே அவள் அப்பா பார்த்துக் கொள்வார். நான் அவளுடைய மற்ற எல்லாத் தேவைகளையும் பார்த்துக் கொள்கிறேன். கிராண்ட் மாஸ்டர் பட்டத்திற்காக கடினமாக உழைத்தும் இரண்டு, மூன்றாண்டுகள் வரை அது எட்டாக்கனியாகவே இருந்து வந்தது. 2000 ஜூலை மாதம் 24ம் தேதி ஹைதராபாத்தில் விப்ரோ நிறுவனம் நடத்திய செஸ் போட்டியில் இந்தியாவின் முதல் பெண் கிராண்ட் மாஸ்டராக விஜயலக்ஷ்மி தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டாள். இது வரையில் யாருக்கும் கிடைக்காத இந்தக் கௌரவம் எங்கள் மகளுக்குக் கிட்டியதில் நாங்கள் பட்ட கஷ்டங்களையெல்லாம் மறந்தோம். என் மகள் உலகமே பாராட்டும் செஸ் வீராங்கனையாகத் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டாளே என்று பெருமிதம் அடைந்தேன்.''



பதைக் கவனித்த கா.சு. மணியன் என்பவர் நிகழ்ச்சி ஒன்று ஏற்பாடு செய்யவே அரை மணி நேரம் இராமாயணம் தொடர்பான கேள்வி - பதில் நிகழ்ச்சியை என்னுடன் என் தந்தை மேடையில் நிகழ்த்தினார்.

இவ்வாறு என்னுள் ஒரு திறமை இருப்பதைக் கண்டறிந்து வெளியே கொண்டு வந்து, அதனை வளர்க்கப் பாடுபட்டதில் என் தந்தைக்கு இணையாக உழைத்தவர் என் தாய்.

எட்டு வயதில் நான் கம்ப இராமாயணத்தில் பல நிகழ்ச்சிகள் நடத்த முடிந்ததென்றால் அதற்கு என் தாய் சற்றும் அயராது ஒரு நாளைக்குப் பத்து முறை கூட கம்ப இராமாயணக் கதையை அசராமல் கூறியதே காரணம். எட்டு வயதில் மலேஷியா வரை சென்று நிகழ்ச்சிகள் நடத்த பல புத்தகங்களைப் படித்து, என்னுடைய கேள்விகளை ஒரு தொந்தரவு என்று கருதாமல் அதற்கான விடைகளைப் பல ஆன்றோர்களிடமிருந்து கேட்டறிந்ததில் என் அம்மாவிற்குப் பெரும் பங்கு இருந்தது.

என்னுடன் நிகழ்ச்சிகளுக்கு வெளியூர் வருவது அவர்களின் பணிக்கு இடையே ஒரு சிரமமான காரியம். என்னுடைய அம்மா அபர்ணா கண்ணப்பன் ராணி மெய்யம்மை பள்ளியின் உதவித் தலைமை ஆசிரியையாகப் பணிபுரிகிறார். இருந்தும் கூட அவசியமான சமயங்களில் விடுமுறை எடுத்துக் கொண்டு என்னுடன் நிகழ்ச்சிகளுக்கு வருவார்.

இதுவரை பல சங்கங்கள், லயன்ஸ் கிளப், ரோட்டரி கிளப் மற்றும் பல ஆன்றோர், பெரியோர் முன் பல நிகழ்ச்சிகளை நடத்தி இருக்கிறேன். இருப்பினும் பள்ளி மாணவ மாணவியரிடையே நிகழ்ச்சிகள் நடத்துவதில் எனக்கு அலாதி பிரியம். என் பள்ளியின் கரெஸ்பான்டென்ட் மீனா முத்தையா அவர்களின் பிறந்த நாள் விழாவில் நான் கம்ப இராமாயண நிகழ்ச்சியை நடத்தியதும் குமாரராணி அவர்கள் செட்டிநாடு வித்யாஷ்ரமப் பள்ளியில் பள்ளி இறுதிப் படிப்பு வரை படிக்க ஸ்காலர்ஷிப் வழங்கியுள்ளார்.

எனக்குப் பன்னிரெண்டு வயதானதும் என் தாய் எனக்குக் கர்நாடக இசை, வீணை, தமிழிசை ஆகியவற்றைக் கற்க ஏற்பாடு செய்தார். அதன் பின் ஒவ்வொரு நிகழ்ச்சியிலும் செய்யுள்களை அப்படியே கூறாமல் தமிழிசைப் பாடல்களாகப் பாடத் தொடங்கினேன். தேவாரம், திருவாசகம் போன்ற பாடல்களை என் குரு இலட்சுமி நாராயணனுடன் இணைந்து என் பெற்றோர் இசையமைப்பார்கள்.

என் பத்தாம் வகுப்பின் ஆரம்பத்தில் மூன்று மாதங்கள் அமெரிக்கப் பயணம் மேற்கொள்ள நேர்ந்தது. மூன்று மாதங்கள் பள்ளிக்குச் செல்லாத போது எப்படி போர்டு

பரீட்சை எழுதப் போகிறேன் என்று கவலையுடன் திரும்பிய எனக்கு வீட்டில் ஒரு பெரிய ஃபைல் காத்திருந்தது. நான் லீவு எடுத்திருந்த சமயத்தில் பள்ளியில் நடத்திய பாடங்களைத் தோழிகளின் வீட்டிற்குச் சென்று நகல் எடுத்துப் பாடங்கள் வாரியாகப் பிரித்து வைத்திருந்தார். என்னுடைய உணவு முதல் உடை, விளையாட்டு, தேவையான பொருட்கள் என அனைத்தையும் தேவைக்கு மேலாக வாங்கித் தருவார் என் தாய்.

என் தாய் ஆங்கில ஆசிரியை, தந்தை தமிழ் ஆசிரியர். எனவே எனது பாடங்களைப் படிப்பதில் தமிழுக்கும், ஆங்கிலத்திற்கும் சிரமமே இருப்பதில்லை. கம்ப்யூட்டர் சயின்ஸ் பிரிவினை பள்ளியில் எடுத்துப் படிக்கும் எனக்கு இஞ்சினியரிங் படிக்க ஆசை. பணி செய்து அதில் கிடைக்கும் பொருள் கொண்டு தமிழ் மொழி நம் நாட்டில் மட்டுமல்ல, உலகெங்கும் போற்றிப் பாடப்பட வேண்டும் என்ற குறிக்கோளிற்காகச் செலவு செய்து உழைக்க வேண்டும் என்பதே என் விருப்பம்.

பல பெரியோர்களாலும், ஆன்றோர்களாலும் இறையருட் செல்வி, ஞானவாரிதி, ஞான வினோதினி, அருந்தமிழ் வாணி போன்ற பட்டங்கள் என் தமிழறிவிற்காகவும், இசைக்காகவும் கிடைத்துள்ளன. இவை அனைத்தையும் பெற கருவில் சுமந்ததிலிருந்து இன்று வரை என் முன்னேற்றத்திற்காகப் பாடுபடும் என் தாயின் அன்பும், என் தந்தையின் தனி கவனிப்புமே முக்கியக் காரணம்."

சவிதா - சி.ஏ. மாணவி :

"**நா**ன் பன்னிரெண்டாம் வகுப்புப் படித்துக் கொண்டிருந்த போது, ஏ.பி.எஸ்.சி. என்ற தேர்விற்கு முன்னால் திடீரென என் அப்பா மாரடைப்பில் காலமானார். பள்ளியில் நான் முன்னணியில் படித்துக் கொண்டிருக்க எனக்குப் பெரும் ஆதரவாக இருந்தவர் என் அப்பா. உலகமே இருண்டு விட்டதைப் போலிருந்தது எனக்கு.

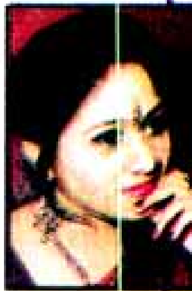
தன் கணவரை இழந்து விட்ட மிகப் பெரிய துயரத்தை மனதில் அடக்கிக் கொண்டு நான் தனிமையில் கவலைப்படாமலிருக்க உதவத் தொடங்கினார் என் அம்மா. நான் இரவில் படிக்கும் போது வழக்கமாக என் அப்பா எனக்குத் துணையாக உட்கார்ந்து கொள்வார். அந்தப் பொறுப்பையும் அம்மா ஏற்றுக் கொண்டார். என்னுடன் இரவில் கண் விழிப்பார். பகலில் அலுவலகம் செல்வார். அம்மா என்னுடன் பட்ட சிரமங்களின் பலனாக பி.எஸ். சீனியர் செகன்டரி பள்ளியில் அக்கவுண்ட்ஸ் பிரிவில் முதல் மாணவியாகத் தேறினேன்.

கல்லூரியில் பி.காம். சேர்ந்த பிறகு சங்கரா கோச்சிங் சென்ட்டரின் வகுப்புகளுக்கு பவுண்டேஷன் கோர்ஸினை படிக்கவும் செல்ல வேண்டியிருந்தது. "நீ யாருடைய உதவியையும் நாடக் கூடாது. தானே எல்லா வகுப்புகளுக்கும் செல்ல வேண்டும்" என்று தைரியமளித்து ஆபீஸில் லோன் போட்டு ஸ்கூட்டியை வாங்கிக் கொடுத்தார்.



திருமதி பத்மா சுப்ரமணியம் :
(பேபி உமாவின் தாயார்)

"**உ**மாவைப் பற்றி ஒவ்வொரு கட்டத்திலேயும் பெருமைப்படுபவள் நான். உமா மிகவும் நல்ல பெண். பூஜை, வீட்டு வேலை எல்லாம் செய்யும் குடும்பத்திற்கு ஏற்ற குணம் அவளுடையது. எந்த வம்பு தும்பிற்கும் போகாமல், யார் மனதும் நோகாதபடி பழகுபவள். ஒரு லட்சியத்தோடு வாழ்பவள் உமா. ஒருமுறை குமாரபாளையத்திற்கு ஒரு பரிசு விழாவிற்கு நாங்கள் போயிருந்தோம். அது செவாலியே சிவாஜியின் பாராட்டு விழா. அப்போது ஏதோ ஒரு மூலையில் உட்கார்ந்திருந்த எங்களை செவாலியே சிவாஜி கூப்பிட்டு அவர் பக்கத்தில் அமரச் செய்தார். "உன் ப்ரோக்ராம் ரொம்ப நல்லாயிருக்கு. நீ நல்லா காம்பியர் பண்றே" என்று உமாவைப் பாராட்டினார். எத்தனை பெரிய இமயம் அவர்! இப்படி எங்களைக் கூப்பிட்டு உமாவைப் பாராட்டியது எங்களுக்கு மிகவும் பெருமையாக இருந்தது."





Stack 'n Build அதாவது அடுக்கி கட்டும் பொம்மைகளின் அணிவகுப்பை கொண்டு உங்கள் குழந்தை இன்முகத்துடன் கற்றுக் கொண்டே வளருவதை காணுங்கள்.

- Fisher-Price வழங்குகிறது, 6 மாத வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தைகளுக்கு விசேஷமாக டிசைன் செய்யப்பட்ட Stack 'n Build Range அணிவகுப்பு.
- ஒவ்வொரு பொம்மையும் குழந்தையின் கற்பனை வளத்தை ஊக்குவித்து வேடிக்கை விளையாட்டாக வண்ணங்களையும் வடிவங்களையும் கற்றுத் தரும்போதே பிரச்னைகளுக்கு தீர்வு காணும் ஆற்றலையும் மேம்படுத்துகிறது.
- Fisher-Price-ன் எங்கள் அணிவகுப்பிலுள்ள பொம்மையைப் போலவே Stack 'n Build Range பாதுகாப்பு மிகுந்த, நவீன ஆய்வு கூடிய நச்சற்ற பொம்மைகள் ஆகும்.

உங்கள் குழந்தைக்கு சிறப்பான ஆரம்பத்தை தாருங்கள்.
உங்கள் குழந்தைக்கு Fisher-Price தாருங்கள்.

Fisher-Price
சிசு மற்றும் ப்ரீ-ஸ்கூல் பொம்மைகள்

* விவரமான கேட்லாகிற்கு எழுதவும் : Fisher-Price, c/o Mattel Toys (I) Pvt. Ltd., P. O. Box 16356, Lower Parel, Mumbai- 400013.



இதுநாள் வரை நாங்கள் மயிலாப்பூரில் வாடகை வீட்டில் இருந்தோம். அந்த வீடு எனக்குப் படிக்க வசதியாக இல்லை. தனியாக எனக்கென அறை இல்லை என்பதால் தாம்பரத்தில் இருந்த எங்கள் வீட்டை விற்று மந்தைவெளியில் எங்கள் இருவரின் வசதிக்கேற்றபடி ஒரு வீடு வாங்கினார்.

பவுண்டேஷன் கோர்ஸில் தேறியதும் எனக்கு சி.ஏ. படிக்க வசதியான, தகுந்த, நல்ல கம்பெனியைத் தேடிக் கண்டுபிடித்ததும் அம்மாதான். மந்தைவெளியில் இருந்த வைதீஸ்வரன் அன்ட் கம்பெனி என்ற நிறுவனத்தை நான் அம்மாவுடன் சென்று நாடி அவர்களிடம் எனது ஆர்டிகல்ஷிப்பை முடிக்க பணியில் சேர்ந்தேன்.

அதிகாலையில் ஐந்து மணிக்கு நான் கோச்சிங் கிளாஸ் செல்ல என்னைத் தயார் செய்து அனுப்புவார். முடிந்து நான் திரும்பும் போது வேலைக்குச் செல்ல தயாராக உடை, சாப்பிட உணவு என எல்லாம் தயாராக இருக்கும். எனக்குப் படிக்கத் தேவையான புத்தகங்களைக் கூட அம்மாவே வாங்கி வந்து விடுவார்.

வீட்டில் அல்லது வெளியில் எந்த வேலையையும் என்னைச் செய்யச் சொன்னதில்லை. படிப்பில் மட்டுமே என் கவனம் இருக்க வேண்டும் என்பதே என் அம்மாவின் விருப்பம். சி.ஏ. இன்டர் வகுப்பில் இரண்டு க்ரூப்பினையும் சேர்த்து எழுதி முதல் முயற்சியிலேயே பாஸ் செய்தேன். அகில இந்திய அளவில் என்னுடைய ராங்க் நாற்பத்தி எட்டு. இதைக் கேட்டதும் என் அம்மா அடைந்த மகிழ்ச்சி அளவில் அடங்காது.

ஆர்டிகல்ஷிப்பில் உடன் பணிபுரிபவர்களுடன் சேர்ந்து வேலை நிமித்தமாக வெளியூர் செல்ல வேண்டியிருந்தது. வளர்ந்த பெண்ணை தனியாக ஊருக்கு அனுப்பாதே என்று பல உறவினர்களும், நண்பர்களும் கூறினார்கள். ஆனால் என் அம்மா அசரவில்லை.

'நீ உன் வேலையில் வெற்றிகரமாக வர வேண்டியது நமக்கு அவசியம். எனக்கு உன் மேல் அபார நம்பிக்கை இருக்கிறது. அதற்கு மேல் எந்த நிலைமையையும் சமாளிக்க நீ கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். எந்த நிகழ்ச்சியும் எந்தச் சமயத்திலும் எதிர்பாராமல் நடக்கலாம் என்பதை நமக்கு வாழ்க்கை கற்றுத் தந்திருக்கிறது. அதனால் நீ தயங்காமல் ஊருக்குப் போய் வேலையைப் பார்'' என்று அனுப்பி வைத்தார்.

வாழ்க்கையில் எதுவும் விதிப்படிதான் நடக்கும். நம் கையில் எதுவும் இல்லை. இருப்பினும் தைரியமாகப் போராட வேண்டும் என்று வாழ்ந்து காட்டும் என் அம்மா எனக்கு மிக மிக அருமையான தோழியும் கூட!''

திருமதி ரேச்சல் ஜெயகுமார் : (இசையமைப்பாளர் ஹாரீஸ் ஜெயராஜின் அன்னை)

''ஹாரீஸ் கடவுளுக்குப் பயந்தவன். எந்நேரமும் தாய், தந்தையை மதிப்பவன். அதனால்தான் கர்த்தருடைய அனுக்கிரஹம் அவனுக்கு இருக்கிறது போலும். ராப்பகலாகக் கண் விழித்து, உழைத்து, அவன் இசையமைத்த முதல் படத்திலேயே அவன் ஃபிலிம்ஃபேர் அவார்ட் வாங்கியபோது என் கண்களிலிருந்து கண்ணீர் வழிந்தது. தான் பெற்ற பிள்ளையைப் பலரும் பாராட்டும் போது எந்தத் தாய்க்குத்தான் பெருமையாக இருக்காது?''



கிரி ஷங்கர் - கல்லூரி மாணவர்

''என்னைப் பள்ளியில் சேர்த்த நாளில் இருந்து, நான் கல்லூரிப் படிப்பினை முடிக்கும் வரை எனக்கு உறுதுணையாக இருந்தது என் பெற்றோர்களே. இது வெறும் வார்த்தைக்காகச் சொல்லப்படும் சொல் அல்ல. அத்தனையும் நிஜம்.

என்னைப் பள்ளியில் சேர்த்த நாள் விருந்தே என் அம்மா எந்த வெளியூருக்கும் சென்றதில்லை. என்னைப் பள்ளியில் கொண்டு விட்டு, கூட்டி வருவதிலிருந்து, என் பாடங்களைக் கவனிப்பது வரை வேறு

உலகமே தெரியாத அளவிற்குக் கவனம் செலுத்தினார். ஆறாம் வகுப்பு வரை அருகே இருந்த பள்ளியிலும், பிறகு பத்தாவது வரை பக்தவத்சலம் வித்யாச்ரமப் பள்ளியிலும் படித்தேன்.

படிப்பு என்பது எனக்கு என்றும் சிரம மாகவே இல்லாததற்கு என் அம்மா, அப்பா வின் தனி கவனிப்பே காரணம். சிறிய டெஸ்ட்டாக இருந்தாலும் அதற்குத்தான் அதிக முக்கியத்துவம் வீட்டில் அளிக்கப் படும், என் அம்மா நான் படிக்கும் காலங் களில் எந்தத் திருமணங்களுக்கோ, விசேஷங் களுக்கோ சென்றதில்லை. மிகவும் முக்கிய மானவற்றைத் தவிர.

என் படிப்பிற்குத் தேவையான அனைத்து வசதிகளும் செய்து தந்தார்களே தவிர வீட் டில் அவர்கள் வசதியை எந்தவிதத்திலும் அதிகரித்துக் கொள்ளவில்லை. நான் கல்லூரி யில் சேரும் வரை எங்கள் வீட்டில் டீ.வி.யே வாங்கவில்லை. என் அம்மா எனக்குக் கற்றுத் தந்த பெரிய பாடம் எளிமையாக வாழ்க் கையை நடத்துவதே. வாழ்க்கையில் வசதி வந்தால் மனம் திசை திரும்பும். அதனால் படிப்பு பாதிக்கும் என்று எனக்காகத் தன் வாழ்க்கையை எளிமையாகவே நடத்தி விட்டார்.

என் அம்மாவிற்குத் தமிழ் நன்றாக வரும். அதனால் என் தமிழ்ப் பாடங்களை அம்மா கவனித்துக் கொள்வார். இரவு வேலை யிலிருந்து திரும்ப எத்தனை நேரமானாலும் சிரமம் பார்க்காமல் அப்பா கணக்குப் பாடத் தினை கற்றுத் தருவார். இவர்களின் ஒத் துழைப்பு இருந்த காரணத்தால் நான் இது வரை எல்லா டெஸ்ட்டுகளிலும், தேர்வுகளிலும் முதல் ராங்க்கையே பெற்று வந்தேன். பத்தாம் வகுப்பில் பள்ளியிலேயே இரண்டாவது மாண வனாகத் தேறினேன். பள்ளியில் கணக் கில் நான் மட்டுமே நூற்றுக்கு நூறு வாங்கியிருந்தேன். அவர்களின் ஆசைப் படி +2வில் நல்ல மதிப்பெண்ணைப் பெற்று ஆர்.ஈ.சி. திருச்சி இஞ்சினியரிங் கல்லூரியில் சேர்ந்தேன்.



நான் அவர்களைப் பிரிந்து படிக்க ஊருக் குச் செல்ல வேண்டுமா என்று மிகவும் யோசித்தேன். ஆனால் சென்னை அண்ணா பல்கலைக்கழகத்தில் எனக்குக் கிடைத்த இஞ்ஜினியரிங் பிரிவை விட திருச்சி கல்லூரி யில் நான் விரும்பிய (ஈ.சி.ஈ) எனப்படும் எலக்ட்ரானிக் கம்யூனிகேஷன் இஞ்சினி யரிங் பிரிவு கிடைத்தது. அதனால் என் விருப்பத்திற்கே முதலிடம் கொடுத்து என்னை ஊருக்கு அனுப்பி வைத்தனர். என்னைப் பிரியும் தனிமை அவர்களுக்குத் தெரியாமலிருக்க நான் சொன்னதன் பேரில் வீட்டில் டீ.வி. வாங்கினார்கள்.

என் அம்மா என்னை மிகவும் எளிமை யான வாழ்க்கை நடத்த பழக்கியிருந்ததால் ஹாஸ்டல் வாழ்க்கையில் நான் எந்தச் சிரமத் தையும் அனுபவிக்கவில்லை.

வாழ்க்கையில் படிப்பு, நல்ல பழக்க வழக் கங்கள், தெய்வ பக்தி, எளிமையான வாழ்க்கை நடத்தும் முறை, ஒழுக்கம் எனப் பல விஷயங்களை அரும்பாடுபட்டு அம்மா வும், அப்பாவும் எனக்குக் கற்றுத் தந்திருக் கின்றனர். ஒரு நல்ல குடிமகன் என்ற பெயரை நான் பெறுவதே அவர்களுக்கு நான் திருப்பி அளிக்கக்கூடிய கௌரவம் என்று நினைக்கிறேன்."

பேட்டி : ராஜ்யஸ்ரீ சந்திரசேகர்



திருமதி சிவகாமி ரமேஷ் :
(நீச்சல் வீரர்
குற்றாலீஸ்வரனின் தாயார்)

"நம் நாடு சுதந்திரமடைந்த ஐம்பதாவது வருடத்தில் குற்றாலுக்கு அர்ஜுனா அவார்டை அரசாங்கம் அறிவித்ததை என்னால் என்றைக்குமே மறக்க முடியாது. இந்த அவார்ட் இத்தனைச் சிறிய வயதில் யாருக்குமே கிடைத்ததில்லை என்பது எங்கள் சந்தோஷத்தை இரட்டிப்பாக்கியது. அப்போது குற்றாலுக்கு பதினாறே வயதுதான்."



நம் நாடு விவசாயம் செய்வதற்கு ஏற்ற மண்வளம், தட்பவெப்ப நிலை ஆகியவை இயற்கையாக அமைந்த நாடாகும். இங்கு உள்ள அனைத்து இடங்களிலும் பலவிதமான காய்கறிகளை நன்றாக விளைவிக்கலாம். ஒரு மனிதனின் அன்றாட உணவைச் சரியான ஊட்டச்சத்து நிறைந்ததாக ஆக்குவது அதில் உள்ள காய்கறிகளே.

குறிப்பாக, சைவ உணவுச் சாப்பிடுபவர்கள் தங்கள் உடலை ஆரோக்கியமாக வைத்துக் கொள்ள உணவில் தேவையான வைட்டமின்கள், தாதுப் பொருட்கள், அமினோ ஆசிட்களைக் காய்கறிகளின் மூலமே பெற முடியும். இவை உடலின் உறுப்புகள் இயங்குவதற்கும், உடலில் சுரக்கும் சில அமிலங்களைச் சமன்படுத்தவும் மட்டுமல்லாமல் சிறந்த நார்ச்சத்தாக விளங்கி குடலைச் சுத்தம் செய்யவும் உதவுகிறது.

இத்தனை நன்மைகளைத் தரும் காய்கறிகளை இயற்கையான உரத்தை இட்டு நாமே நம் வீடுகளில் நல்ல காய்கறித் தோட்டத்தை எப்படி அமைக்கலாம் என்று விளக்குகிறார்கள் ஈ.ஐ.டி. பாரி நிறுவனத்தினைச் சேர்ந்த டாக்டர். சிவராமகிருஷ்ண பிள்ளை மற்றும் திரு. அலையஸ் பி. வர்கீஸ். இந் நிறுவனம் இயற்கை உரமான 'கார்டன் ப்ளூம்' என்பதை இரசாயனக் கலப்பில்லாமல் தயாரித்து விற்கிறது.

நாம் அன்றாடம் உபயோகிக்கும் காய்கறிகளில் பட்டாணி மற்றும் பீன்ஸ் வகைகளில் புரதச்சத்தும், உருளை, சேனை, சேப்பங்கிழங்கு, சர்க்கரை வள்ளி முதலியவற்றில் மாவுச்சத்தும், பட்டாணி, பீன்ஸ் வகைகள், கீரை, வெண்டைக்காய் ஆகியவற்றில் கால்சியம், பாஸ்பரஸ், இரும்புச் சத்தும் நிறைந்தவையாக விளங்குகின்றன. கீரை, கோஸ், காலிஃப்ளவர், பீன்ஸ் ஆகியவற்றில் ஜீரணத்திற்குத் தேவையான 'செல்லுலோஸ்' எனப்படும் பொருள் நிறைய அளவில் உள்ளது. அனைத்து பச்சைக் கீரை, காய்கறிகளிலும், பழங்களிலும் தேவையான அளவு வைட்டமின்கள் உள்ளன.



• சிவராமகிருஷ்ண பிள்ளை



கிச்சன் கார்டன் போடலாம் வாங்க!



இந்த வைட்டமின் சத்துகள் நம் உடலுக்கு என்ன நன்மைகளைச் செய்கின்றன? அவை எந்தக் காய்கறி வகைகளில் கிடைக்கின்றன என்று பார்ப்போம் -

1. வைட்டமின்-ஏ உடல் வளர்ச்சி, இனப்பெருக்கம், ஆரோக்கியமான உடல், உற்சாகமாக இருப்பது, கண்கள் சரியாக இயங்குவது ஆகியவற்றிற்குத் தேவைப்படுகிறது. இந்த வைட்டமின் - ஏ கீரை வகைகள், கோஸ், பட்டாணி, தக்காளி காரட் ஆகியவற்றிலிருந்து கிடைக்கிறது.

2. வைட்டமின்-பி க்ரூப் நரம்புகளின் நல்ல நிலை, குடல்களின் இயக்கங்கள் ஆகியவற்றிற்கு உதவுகிறது. அதோடு வைட்டமின்-பி அளவு உடலில் சரியாக இருந்தால்தான் சரியாகப் பசி எடுக்கும். இந்த வைட்டமின் அளவு குறைந்தால் 'பெரிபெரி' என்ற நோய் உண்டாகும். பீன்ஸ் வகைகளில் இந்த வைட்டமின் உள்ளது.

3. வைட்டமின்-சி உடலில் ரத்தக் குழாய்கள் சரியான நிலையில் இருந்து நல்லபடியாக இயங்க உதவுகிறது. இந்த வைட்டமின் குறைந்தால் ஸ்கர்வி (Scurvy) என்ற நோயும், மூட்டுகளில் பாதிப்பும் ஏற்படும். பீன்ஸ், கோஸ், காரட், அவரை, தக்காளி, பட்டாணி, உருளை, கீரை மற்றும் மிளகாய்களில் இந்த வைட்டமின் நிறைந்துள்ளது.

4. வைட்டமின்-டி எலும்புகள் வளரவும், உறுதியாக இருக்கவும், பற்களில் பாதிப்புகள் ஏற்படாமல் இருக்கவும்; ரிக்கட்ஸ் (Rickets) என்ற நோய் வராமலிருக்கவும் உதவுகிறது. இந்த வைட்டமின் அனைத்துப் பச்சைக் கீரை, காய்கறிகளிலும் இருக்கிறது.

5. வைட்டமின்-ஈ உடலில் உள்ள பல உறுப்புகள் சரியாக இயங்கவும், இனப் பெருக்கத்திற்கும் உதவுகிறது.

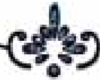




டாக்டர் ஹரிணி
(உன்னி கிருஷ்ணனுடைய தாயார்)

''நான் சிறுமியாக இருந்தபோது சங்கீதத்தில் எனக்கு அளவு கடந்த பிரேமை. அப்போது நாங்கள் கேரளாவில் ஒரு சின்ன ஊரில் இருந்தோம். அனைத்து கட்டுப்பாடுகளும் இருந்ததால் சங்கீதத்தில் என்னால் பெயரெடுக்க முடியாமல் போய் விட்டது. குருவாயூரப்பன் அருளால் உன்னி சங்கீதம் கற்றுக் கொண்டு ம்யூசிக் அகாடமியில் கச்சேரி செய்தான். என் வாழ்நாளில் என் கனவு நனவான அந்தத் தினத்தை நான் மறக்க முடியாது. பிறகு 'காதலன்' படத்தில் வரும் 'என்னவளே' பாட்டிற்காக தேசிய விருதும், அதன் பிறகு கலைமாமணி அவார்டும் அவனுக்குக் கிடைத்தபோதும் அளவில்லா பெருமையடைந்தேன்.

எத்தனையோ குழந்தைகள் நன்றாகப் பாடுகிறார்கள். ஆனால் எல்லோருடைய திறமையும் வெளிவருவதில்லை. குருவாயூரப்பனின் கடாக்ஷத்தினால்தான் என் மகனுக்கு இந்தப் பாக்கியம் கிடைத்திருக்கிறது.''



அனைத்து பச்சைக் கீரை, காய்கறிகளில் இந்த வைட்டமின் உள்ளது.

நம் உடலுக்கு அன்றாடம் முன்னூறு கிராம் காய்கறி தேவைப்படுகிறது என்று டயட்டீசியன்கள் கூறுகின்றனர். ஆனால் இன்று நம்மிடையே ஒரு நபருக்கு எழுபத்தி ஐந்து கிராம் அளவு காய்கறியே விளைவிக்கப்படுகிறது.

ஆண்டு ஒன்றிற்கு நூறு மில்லியன் டன் அளவு காய்கறித் தேவைப்படும் இடத்தில் இருபது மில்லியன் டன் அளவே விளைகிறது. நம்முடைய அன்றாடத் தேவையை கிராமங்களில் உள்ளவர்கள் மட்டும் அல்ல, நகரத்தில் உள்ளவர்களும் எவ்வாறு பூர்த்தி செய்து கொள்ள முடியும் என்பதை விஞ்ஞானரீதியாக ஆராய்ந்தோம். ஒவ்வொருவரும் தன் வீட்டில் ஒரு காய்கறித் தோட்டத்தை அமைப்பது ஒரு சிறந்த வழி என்று தெரியவந்தது.

இயற்கையான உரத்தைப் போட்டு, பூச்சி மருந்துகளைத் தெளிக்காமல், வேப்பங்கொட்டையின் சாறு முதலியவற்றைத் தெளித்து உங்கள் வீட்டிலேயே தரமான காய்கறிகளை எப்படி வளர்க்கலாம் என்பதைப் பார்க்கலாம்.

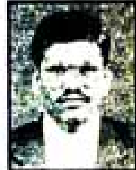
வீட்டிலே தோட்டம் போடுவதால் உடலுக்கு நல்ல உடற்பயிற்சி, நல்ல பொழுதுபோக்கு, குழந்தைகளுக்கு நல்ல விஷயங்களைத் தெரிவிக்கும் ஒரு நல்ல கலை. அனைத்திற்கும் மேலாக தரமான காய்கறிகள் வளரும்போது அனைவரின் மனதிலும் உற்சாகம் பொங்குகிறது.

தோட்டத்தைப் போடுவதற்கு முன் எந்தெந்த காய்கறிகளை, என்னென்ன இடத்தில் வளர்க்கலாம் என்பதைக் கவனியுங்கள். எல்லா வித காய்கறிகளையும் எல்லா இடத்திலும் வளர்த்து விட முடியாது. தக்காளி, மிளகாய், கீரை, கோவைக்காய் ஆகியவை சமமான நிலங்களில் விளையும். கத்தரிக்காய், குடமிளகாய், வெண்டை, கொத்தவரங்காய், முள்ளங்கி ஆகியவை மலைப் பிரதேசங்களிலும், சமமான நிலங்களிலும் விளையும். முட்டைகோஸ், காரட், காலிஃப்ளவர் முதலியவை மலைப் பிரதேசங்களிலேதான் நன்றாக விளையும். இவற்றை மலைகளால் சூழப்பட்ட, குளிர்ச்சியான ஊர்களிலும் விளைவிக்கலாம். நாம் தோட்டம் போடுவதற்கு முன் இந்தக் கருத்துகளை மனதில் கொண்டு எந்த ஊரில் தங்கியிருக் கிறோமோ, அந்த ஊரின் தட்பவெட்ப நிலைக்கு ஏற்ப காய்கறிகளை வளர்க்க வேண்டும்.

இரண்டாவதாக நம் வீட்டில் உள்ளவர்கள் விரும்பக்கூடிய காய்கறிகளை விளைவித்தால்தான் பயன்படுத்த முடியும். தோட்டம் போடக்கூடிய இடத்தின் அளவையும் மனதில் கொள்ள வேண்டும். நிறைய இடம் இருந்தால் கவலை இல்லை. இன்று நகரத்தில் பலரும் அடுக்கு மாடி கட்டடங்களில் வசிப்பதால் நம் வீட்டில் அதிகம் பயன்படுத்தப்படும் காய் மற்றும் ஒரே செடியில் அதிக அளவு காய்கள் விளையக்கூடிய வகை ஆகியவற்றைத் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும்.



இரத்த அழுத்தம், கொலஸ்ட்ரால், மாரடைப்பு, இருதய வால்வு குறைபாடு, இருதய ஓட்டைகள் போன்றன வராமல் தடுக்க - தெய்வீக மூலிகை மருத்துவம்!



இதயம் என்பது பிறப்பிலிருந்து இறப்பு வரை இடைவிடாது மற்ற உறுப்புகளுக்கு இரத்தத்தை பாய்ச்சும் ஒருபம்ப் (PUMP) ஆகும். இதயம் வேலை செய்வதற்கு, அதற்கும் இரத்தம் தேவைப்படுகிறது. இவ்வாறான இதயத்தில் நம்முடைய தவறான வாழ்க்கை முறையால் குழந்தைகள் முதல் பெரியவர்கள் வரை இதய வால்வுகள், ASD, VSD என்று சொல்லக்கூடிய இதய அறைகளில் ஓட்டைகள், இரத்தக் குழாய்களில் அடைப்பு போன்ற குறைபாடுகளால் பெரிதும் பாதிக்கப்படுகின்றனர். இவ்வாறான நோய்கள் ஏன் ஏற்படுகின்றன என்பது பற்றி நாம் தெரிந்துக் கொண்டு, அதற்குத் தகுந்தாற்போல், எவ்வித பின் விளைவுகளும் இல்லாத தெய்வீக மூலிகை மருந்துகள், இயற்கை உணவுகள், வாழ்க்கை சீரமைப்பு மூலம் குணம் பெறலாம்.

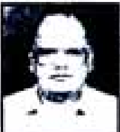
இதய நோய்க்கான காரணங்கள் : கர்ப்ப காலத்தில் தாய் உட்கொள்ளும் வீரிய மிக்க இரசாயன மருந்துகள், சத்தியான உணவுகள் கிடைக்காமை, அடிக்கடி நோய் வாய்ப்படுதல், X-RAY எடுத்தல் போன்ற காரணங்களால், குழந்தைகளுக்கான - பிறவி குறைபாடுகளும், புகைத்தல், மது வகைகள், B.P., SUGAR போன்றவற்றால் இதய தசைகளில் கோளாறுகளும், அதிக எடை, தொப்பை, TENSION & STRESS உள்ளவர்கள், வாழ்க்கையில் நிதானம் அற்றவர்கள், சோம்பேறிகள், அதிகம் கோபப்படுபவர்கள், கொழுப்பு சத்துள்ள உணவுகள் உட்கொள்பவர்களுக்கு மற்றும் LIPOPROTEIN 'A' என்கின்ற கொழுப்புச்சத்து ஜீன்களினால் மாரடைப்பும், எதிர்ப்பு சக்தி இல்லாத காரணத்தாலும், சத்தியான உணவுகள் கிடைக்காததாலும் ஸ்ட்ரெப்டோகாக்கஸ் என்னும் கிருமிகளால் இதய வால்வுகளும் - பாதிக்கப்படுகின்றன.

இதய நோய்க்கான அறிகுறிகள் : நெஞ்சுவலி, மூச்சிரைப்பு, படபடப்பு, வியர்த்தல் போன்றவை இதய நோயின் பொதுவான அறிகுறிகள் என்றாலும், அவை பாதிப்புக்குள்ளான பகுதியை பொறுத்து அதன் அறிகுறிகள் தெரிய ஆரம்பிக்கும். மூச்சுத் திணறல், உடலெல்லாம் நீல நிறமாக மாறுதல் போன்றவை பிறவி குறைபாடுகளிலும், மூட்டுக்களில் வீக்கம், மூட்டுவலி, கை, கால் வலி, காய்ச்சல், வறட்டு இருமல் போன்ற அறிகுறிகள் இதய வால்வுகள் பாதிக்கப்படும் போதும், மார்பு பகுதியில் எரிச்சல், நெஞ்சுவலி, வியர்த்தல், நெஞ்சு படபடப்பு, இடது தோள்பட்டையில் வலி, மூச்சுத் திணறல், உடல் சோர்வு, திடீர் மயக்கம், நாடி துடிப்பு மற்றும் இரத்த அழுத்தம் குறைதல் போன்ற அறிகுறிகள் மாரடைப்பு ஏற்படும்போது காணப்படும்.

இதய நோயாளிகளுக்கான தெய்வீக மூலிகைகள் : வேப்பிலை, வில்வம், துளசி, அத்தியிலை, அருகம்புல், வெந்தயம், நெல்லிக்காய், கடுக்காய், ஆவாரம்பூ, தூதுவளை, தும்பை, செம்பருத்தி, தாமரை, மருதம்பட்டை போன்றவைகள் பொடி செய்து பின் சம அளவில் ஒன்றாக கலந்து ஒரு பாட்டலில் வைத்துக் கொள்ளவும். பின் இதில் இருந்து ஒரு ஸ்பூன்தூள் எடுத்து ஒரு டம்ளர் தண்ணீரில் கலந்து உணவுக்கு ஒரு மணி நேரம் முன்பாக தினம் காலை, பகல், இரவு ஆகிய மூன்று வேளையும் சுமார் மூன்று மாதம் முதல், ஆறு மாதம் வரை உட்கொள்ளவும். இந்த மூலிகைகளில் உள்ள சக்திகள் இதயம் நன்றாக சுருங்கி விரியவும், இதயத்தை தொற்று நோய்களில் இருந்து காப்பாற்றவும் உதவுகின்றன.

இதய நோயாளிகள் பின்பற்ற வேண்டிய உணவு முறைகள் : இந்நோயாளிகள் தினம் காலை அல்லது இரவு ஒரு வேளை பச்சையாக உட்கொள்ளும் பழங்கள், காய்கறிகள் தேவையான அளவு பழ ஜூஸ்கள், Vegetables Salads, Fruit Salads போன்றவைாக உட்கொள்ள வேண்டும். மற்ற இரண்டு நேரம் வழக்கமான சமைத்த சைவ உணவுகளை மட்டும் உட்கொள்ள வேண்டும். சமைத்த உணவுகளிலும் வறுத்த, பொறித்த உணவுகளையும் ஊறுகாய், அப்பளம், வனஸ்பதி, நெய், Icecream, சாக்லேட், தயிர் போன்றவைகள் தவிர்க்க வேண்டும். சமைத்த உணவுகளையும், சமைக்காத உணவுகளையும் சேர்த்துண்ணக் கூடாது. இவைகளை 2 அல்லது 3 மணி நேர இடைவெளிகளில்தான் உட்கொள்ள வேண்டும்.

உடற்பயிற்சிகள் : இந்நோயாளிகள் தினம் காலை மாலை 20 நிமிடம் இயன்ற வரை எளிய உடற்பயிற்சிகள் செய்தல் வேண்டும். நடத்தல், கை கால் விரல்களை நீட்டி மடக்குதல், குனிந்து நிமிர்தல், உட்கார்ந்து எழுதல், முடிந்தால் சைக்கிள் ஓட்டுதல், மூச்சுப் பயிற்சிகள் போன்றன செய்தல் வேண்டும்.



தெய்வீக மூலிகை வைத்தியர்கள் **Chennai Cell : 98410 45138**

தலைமை முகவரி : Dr.M.குருபரன் & Dr.M.சபாபதி, Dr.M.சிவசக்தி, S/o Dr.C.K.மாணிக்கவாசகம்

P.B.No.30, No.3, திருநாத முதலி நகர், (காலேஜ் எதிரில்), திருப்பத்தூர் (N.A.A.) - 635 601 ✆ 04179-20469, 22769

சென்னை கிளை : 115, புரசைவாக்கம் நெடுஞ்சாலை, (பிரின்ஸ் மேனர் பக்கத்தில்) கெல்லீஸ், சென்னை - 10

இரு முகவரிகளிலும் ஆலோசனை நேரம் தினமும் காலை 10 to 1, மாலை 5 to 7 ✆ 6424285, 6427838

குறிப்பு : சென்னை, வேலூர், காஞ்சீபுரம், கடலூர், விழுப்புரம், திருவண்ணாமலை, பெங்களூர், ஓசூர், சேலம், ஈரோடு, கோவை, மதுரை, தஞ்சாவூர், திருச்சி, நாமக்கல், தர்மபுரி, திருப்பூர், உடுமலைபேட்டை, திண்டுக்கல், தூத்துக்குடி, திருநெல்வேலி, நாகர்கோவில், விருதுநகர், கரூர் போன்ற நகரங்களில் வைத்தியரை நேரில் சந்திக்க முகாம் - விவரம் தெரிந்து கொள்ள மேலே உள்ள முகவரிக்கு கடிதம் (அ) போன் மூலம் தொடர்பு கொள்ளவும்.

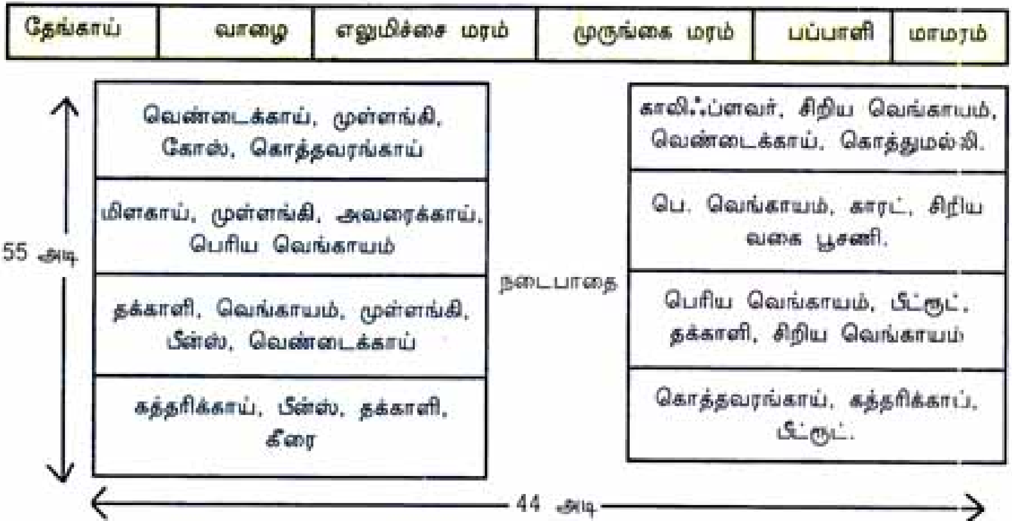
தகவல் : டாக்டர் அவர்களின் மூலிகைகள் பற்றிய 28 வருட அனுபவ ஆராய்ச்சிகள் அடங்கிய **'எளிய முறையில் பிணி அகற்றும் தெய்வீக மூலிகைகள்'** என்ற புத்தகத்தினை பதிவுத் தபாலில் பெற ரூ.100/-ம் இயற்கை உணவுகளின் பெருமைகள், அதிசய உண்மைகள் அடங்கிய **'என்றும் இளமை காக்கும் இயற்கை உணவுகள்'** என்ற புத்தகத்தினை பதிவுத் தபாலில் பெற ரூ.100/-ம் மூலிகை மகிமை பற்றிய ஆடியோ கேசட்டை பெற ரூ.100/-ம் தலைமை முகவரிக்கு D.D. அல்லது M.O. அனுப்பவும்.

7 & 8ந் தேதி - மும்பை : காலை 9 to இரவு 8 மணி வரை The South Indian Concerns Ltd., 401, Telang Road, Matunga, (CR), Ph : 4011589

18 & 19ந் தேதி - புதுடெல்லி : காலை 9 to இரவு 8 மணி வரை South Indian Hotel, 10211, Padam Singh Road, Ajmal Khan Road, Karol Bagh, : 5717126, 572365

9ந் தேதி - பெங்களூர் : காலை 11 to மாலை 1 மணி வரை, ஹோட்டல் பிளாட்டோ, (கல்பனா தியேட்டர் அருகில்) செப்பேகடிடா ரோடு : ✆ 080-2266374, 287301

மாடல் கிச்சன் கார்டன் (44 அடி X 55 அடி)



அதோடு பறித்து உடனே சாப்பிட வேண்டிய கீரை, பச்சைக் காய்கறிகளுக்கு அதிகம் முக்கியத்துவம் அளிக்க வேண்டும்.

தோட்டத்தைப் போடும் போது எந்தெந்த காய்கறிகளைத் தோட்டத்தின் எந்தப் பகுதியில் பயிரிட வேண்டும் என்று பார்ப்போம் :

• அநேகமாக கிச்சன் கார்டனை வீட்டின் பின்புறத்திலேதான் அமைப்பது வழக்கம். இதனை நீள் சதுரமாக அமைப்பதே சிறந்த வடிவமைப்பாகும்.

• போடப்படும் தோட்டம் பார்க்கவும் அழகாக இருக்க வேண்டும். தோட்டத்தின் அனைத்து பகுதிகளுக்கும் செல்லும்படி இடம் விட்டு வசதியாக அமைக்கப்பட வேண்டும்.

• வருடத்தில் ஒவ்வொரு பருவ காலத்தில் ஒவ்வொருவித காய்கறிகள் விளையக்கூடும். அதனால் இடத்தை சிறு சிறு பகுதிகளாகப் பிரித்து நடுவே பாதை அமைத்து, பாத்தி கட்ட வேண்டும்.

• பப்பாளி, வாழை, நார்த்தை, எலுமிச்சை, முருங்கை, மாமரம் முதலியவை தோட்டத்தின் வடக்குப் பக்கமே நடப்பட வேண்டும். ஏனெனில் மற்ற இடங்களில் இவை வளர்ந்தால் அவற்றின் நிழல் காய்கறிச் செடிகளின் மீது பட்டு அவை வளர விடாமல் தடுத்து விடும்.

• கோவைக்காய், பீன்ஸ், அவரை போன்ற கொடிகளாக விளையும் செடிகளை வேலிகள் மீது படர விடலாம்.

• பகுதிகளாகப் பிரிக்கப்பட்ட நிலங்களுக்கு நடுவே கட்டப்பட்ட பாத்திகளில் முள்ளங்கி, டர்னிப், பீட்ரூட், காரட் போன்ற காய்கறிகளை விளைவிக்கலாம்.

• கோஸ், காலிஃப்ளவர், கத்தரி போன்றவை சற்று நாள்பட வளரும் காய்கறிகள். இந்தச் செடிகளின் இடையே வேகமாக வளரக்கூடிய முள்ளங்கி, டர்னிப், பசலைக் கீரை, பாலக் மற்றும் அனைத்து கீரை வகைகளையும் நடலாம்.

• காய்கறிகளில் சில ஒருமுறை விளைந்த பிறகு செடியைப் பிடுங்கி விட வேண்டியிருக்கும். அந்த இடங்களில் மறுபடி புதே செடிகளை விளைய வைக்க விதைகளையோ, இளங் கன்றுகளையோ தயாராக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

• செடிகளை விடியத் தொடங்கும் காலை நேரங்களில் நடுவது நல்லது.

• தோட்டம் போட இடம் இல்லாதவர்கள் செடிகளைத் தொட்டிகளிலோ, பெட்டிகளிலோ வளர்க்கலாம். ஒரே செடியில் அதிக அளவு காய்களைத் தரக்கூடிய கோவைக் காய், தக்காளி, கத்தரிக்காய், மிளகாய் போன்றவற்றைத் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும்.

தோட்டம் போடுவதற்கு முன் கவனிக்க வேண்டியவை:

1. மணலாக (ஆற்று மணல்) இருந்தால் அந்தப் பகுதியில் செடிக்குத் தேவையான அளவு தண்ணீர் தங்காது. எனவே தேவைக் கேற்ப செம்மண் கலந்து, இயற்கை உரத்தையும் கலந்து கொள்ளவும்.

2. களிமண்ணாக இருந்தால் செடிக்கு



தாய் பாசம்
போல்
தூய்மையானது



சக்தி
தூய்மையான நெய்
பசுவின் பாலிலிருந்து



A Product of ABT Foods, 475, Dr. Nanjappa Road, Coimbatore - 641 018.

காய்கறியின் பெயர்	செடியை நடும் விதம்	கிச்சன் கார்டன் - செடிகளின் விவரங்கள்			காய்கறிகள் விளையத் தொடங்கும் கால அளவு
		விதையளவு 10 ச.மீட்டருக்கு	செடிகளுக்கு இடையே இருக்க வேண்டிய இட அளவு	பத்து சதுர மீட்டர் அளவில் விளையும் காய்கள்	
தக்காளி	முதலில் விதைகளைத் தூவி நாற்றெடுத்து (இருபத்தி ஐந்து நாட்களுக்குப் பிறகு) சரியான இடத்தில் நடவும்.	5 கிராம்	75 செ.மீ.X60 செ.மீ.	10-12 கிலோ	மூன்றாம் மாதம் முதல் காய்க்கத் தொடங்கும்.
கத்தரிக்காய்	விதைகளைத் தூவி 35-40 நாட்களுக்குப் பிறகு நாற்று எடுத்துத் திரும்ப நடவும்.	5 கிராம்	75 செ.மீ.X 75 செ.மீ.	8-10 கிலோ	75 நாட்களுக்குப் பிறகு விளைச்சல் தொடங்கும்.
மிளகாய்	விதைகளைத் தூவி 40 நாட்களுக்குப் பிறகு நாற்று எடுத்துத் திரும்ப நடவும்.	1 கிராம்	60 செ.மீ.X 45 செ.மீ.	10-12 கிலோ	75 நாட்களுக்குப் பிறகு விளைச்சல் கிடைக்கும்.
வெண்டைக்காய்	நேராக விதையை விதைக்கவும்.	10 கிராம்	60 செ.மீ.X30 செ.மீ.	10-12 கிலோ	50 நாட்களில் விளைச்சல் கிடைக்கும்.
கொத்தவரங்காய்	நேராக விதைக்கலாம்	10 கிராம்	60 செ.மீ.X30 செ.மீ.	10-12 கிலோ	50 நாட்களில் விளைச்சல் கிடைக்கும்.
முள்ளங்கி	நேராக விதைக்கலாம்	5 கிராம்	30 செ.மீ.X15 செ.மீ.	10-12 கிலோ	40- 45 நாட்களில் விளையும்.
கோவைக்காய்	விதைத்து, நாற்றெடுத்து ஒரு குழியில் மூன்று நாற்றுகளை நடவும்.	5 கிராம்	45X45X40 செ.மீ.	10 கிலோ	மூன்று மாதங்களுக்குப் பிறகு விளையும்.
கீரை வகைகள்	விதைகளையும், மணலையும் 1:10 என்ற விகிதத்தில் கலந்து தெளிக்கவும்.	2 கிராம்	—	10-15 கிலோ	வாரத்திற்கு இருமுறை விளையும்.

விடப்படும் தண்ணீர் வடியாமல் தங்கி நிற்கும். இதற்கு மணலையும், இயற்கை உரத்தையும் சேர்த்து நிலத்தைச் சரிப்படுத்த வேண்டும்.

3. தோட்டம் போடப்படும் பகுதியில் உள்ள மண் அதிக அளவு ஆசிட் அல்லது அல்கலைன் பகுதியாக இருக்கிறதா என்பதைப் பரிசோதித்து ஜிப்சம் மற்றும் சுண்ணாம்புக் கல்லைத் தேவைக்கு ஏற்ப சேர்த்துப் பதப் படுத்திக் கொள்ளலாம்.

4. செடிக்கு விடப்படும் தண்ணீர் உப்புத் தண்ணீராக இருக்கக் கூடாது.

5. பூச்சி மருந்தைத் தெளிக்காமல் இயற்கையான பூச்சிக் கொல்லிகளைத் தேர்ந்தெடுத்துத் தெளிக்க வேண்டும். அதிக சூரிய வெளிச்சத்திலோ, மழைக்காலத்திலோ, வேகமாகக் காற்றடிக்கும்போதோ பூச்சிக் கொல்லிகளைப் பயன்படுத்தக் கூடாது.

5. தோட்டம் போட இடம் இல்லாதவர்கள் தொட்டிகளை, குறிப்பாக ஒன்று முதல் ஒன்றரை அடி ஆழமான சிமெண்ட் தொட்டிகளைப் பயன்படுத்தினால் திரும்பத் திரும்ப செடிகளை நட வசதியாக இருக்கும். தொட்டியில் செம்மண், மணல், கார்டன் ப்ளூம் உரத்தை 3:2:1 என்ற விகிதத்தில் கலக்கவும். கீரை வகைகளைச் சாதாரண பிளாஸ்டிக் தட்டுகளில் கூட வளர்க்கலாம்.

6. செடிகளுக்குக் காலையிலும், மாலையிலும் தேவைக்கேற்ப தண்ணீர் விட வேண்டும்.

இயற்கை உரங்களைப் போட்டு வளர்க்கப்படும் செடிகளில் வளரும் காய்கள் சுவையாக இருப்பதோடு மட்டுமல்லாமல், இந்தச் செடிகளின் மீது ரசாயன பூச்சி மருந்துகள் தெளிக்கப்படாததால் உடல் நலத்திற்கு மிகவும் உகந்தவை. சாதாரணமாக ரசாயன உரம் போட்டு வளர்க்கப்படும் செடிகளுக்கு அநேகமாக ஒரு நாள் விட்டு ஒரு நாள் பூச்சி மருந்து தெளிக்கப்படுகிறது. இவ்வாறு இயற்கை உரமிட்டு, காய்களை வளர்த்து விற்பனை செய்யும் இடங்கள் சென்னையில் சில உள்ளன -

1. கிருஷ்ணன் - ஆரோ அன்னம், தொலைபேசி எண் - 4610077, 2. சென்டர் ஃபார் இந்தியன் நாலட்ஜ் சிஸ்டம்ஸ், 30, காந்தி மண்டபம் சாலை, கோட்டூர் புரம், சென்னை - 85. தொ. எண் : 4475862, 3. மேத்தா ஜ்வெல்லரி, திருமலை பிள்ளை சாலை, தி. நகர், சென்னை - 17. தொ. எண் : 8283130, 4. எஸ். கிருஷ்ணன், ரிஸர்ச் அன்ட் ஸ்டடி சென்ட்டர், 87-B, 143, லாயிட்ஸ் ரோடு, சென்னை. தொ.எண் : 811 5768, 5. ஜஸ்ட் பிக்ட் (Jus' Picked) எம்.ஜி. ரோடு, திருவான்மியூர், சென்னை.

தொகுப்பு : ராஜ்யஸ்ரீ சந்திரசேகர்



திருமதி புவனேஸ்வரி பாலசுப்ரமணியம் : (ஸ்ரீப்ரியா மகாலக்ஷ்மியினுடைய அம்மா)



''ஸ்ரீப்ரியா மஹாலக்ஷ்மி எங்களுக்கு மகனாய் பிறந்திருக்க வேண்டியவள். மகளாகப் பிறந்து விட்டாள் போலும். மிகவும் பொறுப்புணர்ச்சி ஜாஸ்தி உள்ள பெண் அவள். ஒருமுறை நான், என் கணவர், என் தந்தை மற்றும் ப்ரியா திருப்பதிக்குப் போனோம். மேல்திருப்பதியிலிருந்து காரில் கீழ் திருப்பதிக்கு வந்து கொண்டிருந்த போது எங்கள் வண்டி விபத்துக்குள்ளானது. அவளுக்கு அப்போது பத்து வயது இருக்கும். அவளைத் தவிர மற்ற எல்லோருக்கும் பலத்த அடி. சின்னப் பெண்ணாக இருந்தாலும் கடந்து சென்ற ஒரு வண்டியை நிறுத்தி அவர்களது உதவியுடன் இரண்டு டாக்ஸிகளை ஏற்பாடு செய்து எங்களை மருத்துவமனையில் சேர்த்தாள் அந்தக் குழந்தை. நாங்கள் காரில் வந்து கொண்டிருந்த போது ஏதோ மாதிரி இருந்ததாகவும், அதனால் சுலோகங்களை முணுமுணுத்துக் கொண்டே வந்ததாகவும் பிறகு கூறினாள். இன்றும் டி.வி.யில் இருந்து கொண்டே சி.ஏ., கம்பெனி செக்ரட்டரி முடித்து விட்டு, கிடைத்த நேரத்தையும் வீணாக்காமல இன்கம்டாக்ஸ் போன்ற விஷயங்களைப் பார்த்துக் கொள்ளும் என் மகளைப் பார்த்தால் சந்தோஷமாக இருக்கிறது.''



வானத்திற்கும் எல்லை உண்டு

காலம்தான் எத்தனை விரைவாக ஓடி விடுகிறது. மேகலா ஆறு சம்பளங்கள் வாங்கி விட்டாள்.

சென்னை வாழ்க்கையும், உத்தியோகமும் பிடிபட்டு விட்டது. வேலையில் மூழ்கி விடுவதால் வெளியுலகமே தெரிவதில்லை. இப்போது அவள் பாபு வீட்டில் இல்லை. இரண்டு மாதங்கள் முன்பு அவள் அந்த வீட்டிலிருந்து வெளியேறும்படி ஆயிற்று.

வைஷ்ணவியின் அம்மா



வந்திருந்தான்.

மகள் வீட்டில் சர்வ சுதந்திரமாய் வளையவரும் அந்நியப் பெண் யார் என்று விசாரித்தான்.

"என் கணவரோட தோழி" என்றாள் வைஷ்ணவி.

"என்னடி கர்மம் இது. தோழியாவது, நாழியாவது. அதுக்காகக் கூட்டியாந்து வீட்டுக்குள்ள வச்சுக்கணுமா? யாரும் பார்த்தால் என்ன சொல்வாங்க...?"

"அம்மா... அவங்க நல்லவங்க..."

"நல்லவன்னா... இன்னொருத்தர் வீட்டுக்குள்ள வந்து உட்கார்ந்து சாஸ்வதமா குடும்பம் நடத்துவாளோ? ஆளைப் பார்த்தாலே தெரியுதே... அவள் யோக்யதை."

"சேச்சே! என்னம்மா பேசற?"

"ஒனக்கு ஒண்ணுந்தெரியாது. ஒண்ட வந்த பிடாரி ஊர் பிடாரிய விரட்டிரும். மொதல்ல அவளை விரட்டு..."

"இதப் பாரும்மா. அவங்களை ஏதாவது சொன்னால், என் புருஷனுக்குக் கோபம் வந்துரும்..."

"ஓஹோ... அப்ப விஷயம் அதுதான்"

"என்ன அதுதான்...?"

"வெங்காயம். இத்தனை வளர்ந்தும் வெவரம் போதலை. நீ சௌக்யமா இருக்கேன்னு நாங்கள் அங்க தைரியமா இருந்தோம். நேர்ல பார்த்தால்ல தெரியுது... நீ 'அட்ஜஸ்ட்' பண்ணிக்கிட்டு வாழறது..."

"அவங்களால எனக்கெந்த தொல்லையுமில்லை.. அவங்க நல்ல சிநேகிதி."

"அப்படின்னு உன் புருஷன் சொல்றாரா... எங்கே.. நீயும் ஒருத்தனைக் கூட்டி வந்து ஃப்ரண்டுனு சொல்லி வீட்டோடு வச்சிக்க. ஒப்புக்குவாரா?"

"இது விதண்டாவாதம்."

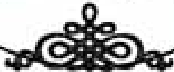
"நீ பண்றது பிடிவாதம். இப்ப நீயாக அவளை விரட்றியா நான் விரட்டவா...?"

படுதலம் சுகுமாரன்



திருமதி எஸ். பாமா :
(ஓவியர் ஷ்யாமின் தாயார்)

"இன்னிக்கு நாங்கள் நன்றாக இருக்கிறோம் என்றால் அது அவனால்தான். ஷ்யாம் மிகவும் ஒழுக்கமான, மரியாதையான பிள்ளை. ஷ்யாம் சின்னப் பையனாக இருந்தபோது ஒரு ஜோசியர் கூறினார், "ஊரெல்லாம் உன் மகனை புகழுமளவிற்கு வருவான்" என்று. அதே மாதிரி முதன் முதலாக ராஜம் பத்திரிகையில் இவன் தீட்டிய ஓவியம் அட்டைப் படமாக வந்த போது எல்லோரும் இவனைப் பாராட்டினார்கள். எனக்கு ரொம்ப சந்தோஷமாக இருந்தது. சமீபத்தில் 'வணக்கம் தமிழகம்' ப்ரோக்ராமில் சன் டி.வியில் இவன் வந்த போது பல ஊர்களிலிருந்தும் ஒரே ஃபோன்கால்தான். அதிகமாகப் படிக்கவில்லையே என்று கவலைப்பட்டுக் கொண்டிருந்த எனக்கு இப்போது சந்தோஷமாக இருக்கிறது. எதற்கெடுத்தாலும் முதலில் அம்மாவையும் அப்பாவையும்தான் கண்டுகொள்வான் என் மகன். அவனுடைய வளர்ச்சியினால் எனக்கு மிக்க பெருமைதான்."



தாய்க்கும் மகளுக்கும் இது விஷயமாக வாக்குவாதமாயிற்று. அம்மாவைச் சமாதானப்படுத்த முடியாது போன வைஷ்ணவி, மேகலாவை வெளியேற்றும் பொறுப்பை அம்மாவிடமே ஒப்புவித்தாள்.

"உன் ராட்ஷச குணத்தைக் காண்பிச்சுறாதே. பக்குவமாச் சொல்ல முடியும்னா சொல்லு..."

"அதெல்லாம் நான் பார்த்துக்கறேன்" என்றவள், ஒருநாள் மாலையில் வேலையிலிருந்து திரும்பிய மேகலாவை, மாடிக்குக் கூட்டிப் போனாள். அப்போது பாபு ஊரில் இல்லாத நேரம்.

"பாரம்மா... மேகலா. நான் உன் தாய் மாதிரி. தாய் எப்பவும் நல்லதுக்குத்தான் சொல்லுவேன். உனக்கும் ரெண்டொரு வார்த்தைகள் சொல்லப் பிரியப்படறேன். தப்பா எடுத்துக்க மாட்டியே..." என்று ஆரம்பித்தாள்.

"இதிலென்னம்மா தயக்கம். நீங்க சொன்னாலும் சொல்லலைன்னாலும் என் தாய் மாதிரிதான். எங்கம்மா முகச்சாயல் உங்ககிட்ட அச்சா இருக்கு..."

"அப்படியா... நல்லது. வைஷ்ணவி... உன்னைப் பத்தி சகலமும் சொன்னாள். உன் அறிவு, திறமை... குடும்பப் பின்னணி எல்லாம் கேள்விப்பட்டேன். கல்யாணத்துக்கப்புறம் குடும்பத்தை உதறிட்டு, வேலை பார்க்க மெட்ராஸ் வந்தேன்னு தெரிஞ்சு உன் தைரியத்தைப் பாராட்டறேன். நீ வாழ்க்கையில ரொம்ப நல்லா வருவே. துணிஞ்சவளுக்கு மலையும் ஒரு துரும்புன்னு பெரிய வங்க சொல்லுவாங்க. நீ இமய மலை அளவு சாதிக்கப் போறே. இந்த மெட்ராஸ்ல நீ பங்களா கட்டி, கார் வாங்கி ஓஹோன்னு வாழ்வே..."

மேகலா நெகிழ்ந்து, "உங்கள் வார்த்தைகள் பலிக்கட்டும்மா" என்றாள்.

"பலிக்காமல் என்ன? நீ சாமான்யப் பெண்ணில்லை. சாதிக்கப் பிறந்தவள். அதனால் தான் சராசரி நடைமுறைகள் பத்தி நீ அலட்டிக்கறதே இல்லை. சாமான்யப் பொண்ணுங்க என்ன செய்வாங்கன்னா... குருடோ, நொண்டியோ... ஒருத்தனுக்கு வாழ்க்கைப் பட்டுட்டால், கஷ்டமோ நஷ்டமோ... புருஷன் கூடவே இருந்துடுவாங்களே தவிர, சொர்க்கமே கிடைச்சாலும் தூக்கி எறிஞ்சுட்டுப் போக மாட்டாங்க. புருஷனே தெய்வம். புருந்த வீடே கோயில்னு கிடப்பாங்க. இதெல்லாம் மலையேறிப் போச்சுன்னாலும், இன்னமும் அந்த சராசரிப் பொண்ணுங்க இல்லாம போகலை.

"வைஷ்ணவிய எடுத்துக்க. படிச்சவதான். கல்யாணத்துக்கு முன்பு வேலைக்குப் போய்க்கிட்டிருந்தவ தான். அட்வர்டைஸ்மெண்ட் கம்பெனியில 'காப்பிரைட்டரா' வேலைப் பார்த்தவ. அப்ப எங்க மாப்பிள்ளை, கோ-ஆர்டினேட்டராக இருந்தார். ரெண்டு பேரும் பழகினாங்க. கல்யாணம் முடிஞ்சுது. மாப்பிள்ளை வேற வேலை தேடிக்கிட்டு, வைஷ்ணவியை வேலையை விட்டுட்டு குடும்பத்தைக் கவனிச்சிக்கன்னார்.

"வைஷ்ணவி என்ன பண்ணினாள் தெரியுமோ... போகக்குன்னு

வருடத்தில் ஒரு நாள் உணவு வழங்கி உதவலாம்



தமிழ்நாட்டில் கோயம்புத்தூர், குரும்பபாளையத்தில் தி யுனைடெட் ஊனமுற்றோர் பள்ளியில் உள்ள கை, கால் ஊனமுற்ற அனாதைக் குழந்தைகள் 110 பேர்களுக்கு தாங்கள் சார்பில் வருடத்தில் ஒரு நாள் உணவு வழங்கி உதவி செய்யுங்கள். தாங்கள் குடும்பத்துடன் இந்த சமூக சேவை நிறுவனத்தை பார்வையிடலாம். தி யுனைடெட் ஊனமுற்றோர் பள்ளியின் சார்பில் செக் / டிராப்ட் / மணியார்டர் செய்யலாம்.

வரும் தீபாவளிப் பண்டிகையை முன்னிட்டு குழந்தைகளுக்கு புத்தாடைகள், உணவு வழங்கி உதவலாம். உங்களால் முடிந்த சிறு தொகையையும் அனுப்பலாம்.



The United Physically Handicapped School

96, Sathy Main Road, Kurumbapalayam, Coimbatore - 641 107.
Tamil Nadu. INDIA Phone : 91-0422-667578, 667636.

AN INSTITUTION FOR ORPHANED DISABLED CHILDREN

** Donations are Tax exempt*

Visit us at : www.unitedhandicapped.org

வேலையை விட்டுட்டாள். இத்தனைக்கும் வைஷ்ணவி மாப்பிள்ளையை விட அதிகச் சம்பளம் வாங்கிக்கிட்டிருந்தாள்..! நான் என் மகளைப் போல மத்தவங்களும் இருக்கணும்னு சொல்ல மாட்டேன். ஏன்னா... ஒவ்வொருத்தர்க்குச் சூழ்நிலை ஒவ்வோர் மாதிரி. ஆபீஸ் வேலையில் நீ சூட்டிகையா இருக்கியாம். நிறைய புரமோஷன்லாம் வாங்குவேன்னு வைஷ்ணவி சொன்னாள்..."

எதற்கு இவ்வளவு பெரிய பீடிகை என்ற யோசனையுடன், அந்த அம்மாள் பேசுவதையே பார்த்துக் கொண்டு நின்றாள்...

"என் மாப்பிள்ளைக்கு நீ சினேகிதம். என் பொண்ணும் அதைப் புரிஞ்சிகிட்டுது. எனக்கும் புரியுது. ஆனால் இந்தப் பாழாப்போன சமூகத்துக்குப் புரியணுமே..! நாம இதை போஸ்டர் அடிச்சு ஒட்டியா புரிய வைக்க முடியும்? பனைமரத்தடி நிழல்ல நின்னு பால் குடிச்சாலும் கள்ளு குடிச்சதாதானே சொல்லும். இங்க வந்து இறங்கினவுடனே என் காதுல விழுந்த சேதியே என்ன தெரியுமா?...

"சொல்லவே நா கூசுது. 'உங்க மாப்பிள்ளை ஒரு பெண்ணைக் கூட்டியாந்து வச்சிருக்காரு. இந்த அநியாயத்தைக் கேட்க ஆளில்லையா'ன்னாங்க" சுற்றி வளைத்து இந்தப் பேச்சுதான் வரும் என்று மேகலா யூகித்திருந்தாலும் அந்தம்மா வாயால் வார்த்தைகளாக வந்து விழுந்த போது... உடம்பில் ரத்தமெல்லாம் சுண்டி விட்டது போலிருந்தது.

"அம்மா..."

"அந்த வார்த்தைக்கு மதிப்பு கொடுக்கறவன்னா நான் சொல்றதை யோசிச்சுப் பாரும்மா. நம்ம சௌகர்யத்துக்காக மத்தவங்களைக் கஷ்டப்படுத்தக் கூடாது. நீ வந்த நாளிலிருந்து, வைஷ்ணவி படற துன்பம் என்னன்னு உனக்குத் தெரியாதா? அவ நிலைமையில நீ இருந்து யோசிக்க வேணாமா? உன் புருஷன் இது மாதிரி காரியம் - அட... நல்ல நோக்கத்தோடயே பண்ணியிருந்தாலும் நீ சும்மாயிருப்பியா? அக்கம் பக்கம் கேள்விகளுக்கு என்ன பதில் சொல்றது? ஆம்பளைங்க இதெல்லாம் யோசிக்க மாட்டாங்க.. பொம்பளைங்க... நாமதான் யோசிக்கணும்..."

"சரிங்கம்மா. பாபு வந்ததும் ஒரு வார்த்தைச் சொல்லிட்டு..."

"சரிதான். ஆகற கதையா இது. உன்னை சுலபமா வெளியில அனுப்பவா மாப்பிள்ளை இத்தனை மெனக்கெட்டிருப்பாரு. ஆம்பள வேணாம்னுதான் சொல்லுவாரு. இன்னொருத்தன் பொண்டாட்டின்னு தெரிஞ்சும் இழுத்து வந்த ஆசாமி, போகச்சுன்னு வெளியில விட்ருவானா..! நீதான் புரிஞ்சுக்கணும்."

"ஏ.. எனக்குக் கொஞ்சம் அவகாசம் கொடுங்க. வேற வீடு பார்த்துக்கிட்டு.."

"சரிதான். 'சின்ன வீடா' பார்த்து எவச்சுணுமா?"

"அம்மா..."

"நிறுத்துடி சும்மா. இத்தனை நேரம் இனிப்பிள்ளைக்குச் சொல்றாப்ல சொல்றேன். புரியாத மாதிரி போக்குக் காட்றியே. படிச்சவளா இருக்கியேன்னு பேசிக்கிட்டிருக்கேன். இல்லேன்னா..." என்று கடுஞ்சொற்களை வீசினாள்.

அவள் பேசி முடிப்பதற்குள், தனக்கானதை எடுத்து சுருட்டிக் கொண்டு வெளியில் வந்து விட்டாள் மேகலா.

அது ஒரு மழை நேரம். முன் இரவு. எங்கே போவதென்று தெரியவில்லை.

நுங்கம்பாக்கத்தில் 'ஒர்க்கிங் வுமன் ஹாஸ்டல்' பார்த்ததாக ஞாபகம். ஒரு



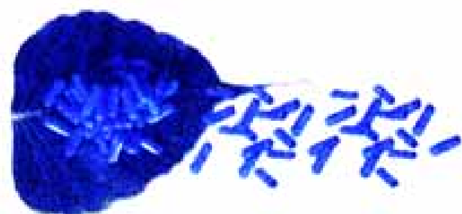
திருமதி மாலினி கணேஷ் :
(ஸ்வர்ணமால்யாவின் தாயார்)

சின்ன வயதிலிருந்து ஸ்வர்ணமால்யாவுக்கு எல்லாவிதமான செயல்பாடுகளிலும் ஈடுபடவும் நேரத்தைச் சரியானபடி நிர்வகித்து பல விஷயங்களையும் எப்படிச் செய்யலாம் என்றும் நாங்கள் எங்கள் மகளுக்குக் கற்றுக் கொடுத்திருக்கிறோம். அதன்படி அலைபாயுதே ஷூட்டிங்கையும் முடித்து கல்லூரியிலும் பரீட்சை எழுதி யூனிவர்சிட்டியிலேயே ஐந்தாவது ரேங்கில் பாஸ் செய்தது என் வாழ்க்கையிலேயே நான் மிகவும் பெருமையடைந்த நாள். எம்.ஓ.பி. வைஷ்ணவா கல்லூரியின் மாணவிகளின் சங்கத்தின் தலைவியாகவும் இருந்தாள்."





'சிக்'கென்ற மேனிக்கு ஸ்லிம்ஃபேர்



உடல் பருமனை குறைக்க
ஓர் எளிய வழி



பயன்கள்

1. உடல் பருமன் குறையும்
2. உடலில் உள்ள அசுத்தமான கழிவுகளை வெளியேற்றும் இரத்தம் நல்ல சுத்தியாகும்
3. மல, ஜல வாயுவை வெளியேற்றும். மலச்சிக்கலைப் போக்கும்
4. இம்மருந்திற்கு உணவு கட்டுப்பாடு ஏதும் கிடையாது. பத்தியம் கிடையாது.
5. இம்மருந்து உபயோகிக்கும் பொழுது மோர் அதிகம் சேர்த்துக் கொள்வது நல்லது.
6. பெண்கள் கருவுற்றிருக்கும் காலத்திலும் குழந்தைக்கு பால் கொடுக்கும் காலத்திலும் இம்மருந்தினை தவிர்ப்பது நலம்.
7. இம்மருந்து முற்றிலும் சித்தர்கள் முறையால் மூலிகைகளால் தயாரிக்கப்பட்ட சித்த மருந்து.
8. பக்க விளைவுகள் ஏதும் கிடையாது.
9. இம்மருந்து இரசாயனங்கள் ஏதும் சேர்க்கப்படாதது.

எல்லா மருந்துகடைகளிலும் கிடைக்கும்



Manufactured by
G.D.PHARMA
TAMILNADU

Stockists

ERODE - Annai Agencies, Ph: 251227,
- Anand Agencies, Cell:98427-60607

TRICHY - AKS, – Ph: 740745
KARUR - Nataraja Medicals Agencies, Ph: 263552, 264552
SALEM - Sakthi Pharamacuticles, Ph: 260994, 265774
CHENNAI - Devi Agencies Ph: 4463959-98411 33531
KOVAI - Sree Meenakshi Medical Agencies, Ph:471877
MADURAI - Kumar Medicals, Ph: 343969

Marketed By

கொங்கு ஏஜென்சீஸ்

ஈரோடு.
போன் : 0424 - 256674
செல் : 098427-43535, 098427-23535

ஆட்டோ பிடித்து நேரே அங்கு போனாள். அறை கிடைப்பது சுலபமாயில்லை. ஆயிரத்தெட்டு கேள்வி கேட்டார்கள்.

வேலை செய்யும் இடம், ஏற்கெனவே தங்கியிருந்த முகவரி, வெளியேறிய காரணம், சொந்த ஊர் என்றெல்லாம் குடைந்து குடைந்து கேள்விகள். அங்கே இடம் கிடைக்காதோ என்று சோர்வு தட்டிய நேரம், அதிர்ஷ்டவசமாய் ரீட்டா அந்தப் பக்கம் வந்தாள்.

ஹாஸ்டலில் அவளுக்கு வேண்டியவள் இருந்து, அவளைப் பார்ப்பதற்காக வந்தவள், மேகலாவைப் பார்த்து,

"எனக்குத் தெரியும். இப்படி ஒருநாள் ஆகுமென்று. ஐ நோ த மேன்ஸ்" என்றவள், வார்டனிடம் சிபாரிசு பண்ண, ரீட்டாவின் உறவுக்காரப் பெண் தங்கியிருந்த அறையிலேயே இவளும் தங்க இடம் கிடைத்தது. இவளுடனே அறைக்கு வந்த ரீட்டா, அரை மணி நேரமாவது புலம்பித் தள்ளினாள்.

''அந்த பாபுராஜ் சுத்த அயோக்யன். இவனுங்கெல்லாம் சிலந்தி மாதிரி. வலையை நெய்து வச்சுட்டு எந்தப் பூச்சி மாட்டும்னு காத்துக்கிட்டிருந்து, சிக்கற பூச்சியைச் சக்கையாய் பிழிஞ்சிருவாங்க. மேல் பார்வைக்குப் பரம யோக்யம் மாதிரி, உதவுறது போல நடிச்சு கவுத்துட்டு, விரட்டிருவாங்க. பெண்களோட வீக்னஸை நல்லா புரிஞ்சு வச்சு விளையாடற ரோக்ஸ். இந்த பாபு என்கிட்டே எவ்வளவோ வாலாட்டப் பார்த்தான். நறுக்கி வச்சுட்டேன் தெரியுமா? உன்னைப் பார்த்ததும் ஐயோன்னு ஆயிருச்சு. டோண்ட் ஓர்ரி. அவனுக்குச் சரியான பாடம் கற்பிக்கணும்..." என்று பொங்கிக் கொட்டி விட்டுப் போனாள்.

மற்றவர்களைக் காட்டிலும் ரீட்டாவின் கற்பனை, ரொம்ப அதீதமாக இருந்ததைப் பார்த்து, மேகலாவுக்குத் திகைப்பாகத்தான் இருந்தது.

இன்னும் யார் யார் கற்பனைகள் எப்படியெல்லாம் நீண்டிருக்கிறதோ என்று யோசித்துப் பார்த்தபோது மலைப்பாக இருந்தது.

அவள் நினைத்தது போல், அலுவலகத்தில் மறுநாள் அவள் பேச்சாக இருந்தது.

'ரீட்டா' அரைமணி முன்னதாக வந்திருந்து 'ஒலிபரப்பைத் துவங்கியிருந்தாள்.

பாபுவால் வஞ்சிக்கப்பட்ட கொடுமை, அனாதரவாய் அவள் கொட்டும் மழையில் அடைக்கலமின்றி ரோட்டில் நிற்க வேண்டி வந்த அவலம், சமயத்தில் தான் அவளுக்குச் செய்த பேருதவி... என்று பிரபலப்படுத்தி வைத்திருந்தாள்.

மேகலா ஆபீஸ் வந்த போது, பலரும் 'த்சொ, த்சொ' என்றார்கள். சிலர் 'வேணும் இவளுக்கு' என்று நினைத்தார்கள். சில பேருக்கு 'இனி இவளைச் சுலபமாக அணுகலாம்' என்ற நப்பாசை. எல்லோர் பார்வையும் இவள் மேல்.

கூசிற்று.

ரீட்டா மேல் கோபம் வந்தது.

சில பேரின் உதவிகள் கிடைப்பதை விட கிடைக்காமல் இருப்பதே மேல். போட்டதைச் சொல்லிக் காட்டினால், பிச்சைக்காரனே கூட வருத்தப்படுவான். அதிலும் இல்லாததையெல்லாம் மிகைப்படுத்தி இட்டுக்கட்டி, தன் இமேஜ் மொத்தமும் குழிதோண்டி புதைக்கப்படுவதைப் பார்த்து... மேகலாவுக்குக் கோபம்.

ரீட்டாவைப் பிடித்து லெப்ட் அண்ட் ரைட் கொடுக்க வேண்டுமென்று ஆத்திரம் வந்தது.

கட்டுப்படுத்திக் கொண்டாள்.

கரித்துண்டு எரியும்போது தொட்டால், கை பொசுங்கும். எரியாத போது தொட்டால், தொட்ட கை கறையாகும். அதை விட்டு விலகி இருப்பதே உத்தமம் என்று விட்டு விட்டாள்.

(தொடரும்)

'அம்மா'வென



அகமகிழ்ந்தேன்

திருமதி கோமதி : (பூகிசேதுவின் தாயார்)

"சேது பள்ளியில் படிக்கும் போது எஸ்.எஸ்.எல்.சியில் ஏராளமான மெடல்கள் வாங்கினான். அன்றைக்கு என் மனசு கொள்ளாத அளவிற்குச் சந்தோஷப்பட்டேன். கிரிக்கெட், ஃபுட்பால், படிப்பு, ஓவியப் போட்டி, எழுத்து எல்லா போட்டியிலேயும் அவனுக்குத்தான் முதல் பரிசு. என் மகன் தொட்டதெல்லாம் பொன். அதைத் தவிர நாடகங்களிலேயும் நடித்தான். 'அப்பா! நம்ம மகனுக்கு எத்தனை திறமைகள்?' என்று நான் ஆச்சர்யப்படாத நாள் இல்லை.

சேதுவிற்கு 1984ல் நடந்த ஒரு இன்டர்நேஷனல் ஃபிலிம் ஃபெஸ்டிவலில் அவன் எடுத்த சிறு படமான 'ரெட்டரிக் ஆஃப் கன்ட்டினியூட்டி'க்கு விருது கிடைத்தது. அப்போதே இவன் எதிர்காலம் ஒளிமயமாக இருக்கும் என்று தெரியும். அன்று என் மகனை நினைத்து அளவு கடந்த பெருமையில் ஆழ்ந்தேன். இப்போது நான் எதிர்பார்த்த மாதிரியே அவன் பல விஷயங்களில் சிறப்பாக வந்து கொண்டிருக்கிறான்."



போராடியிருந்தால் நான் கோடீஸ்வரி ஆகியிருப்பேன்!



என்னதான் நார்மல் டெலிவரியில் தாங்க முடியாத வலி ஏற்பட்டாலும் இயற்கையான முறையில் பிரசவமாகும் போது உடல்நிலை சீக்கிரமே சாதாரண நிலைக்கு வந்து விடுகிறது. மேலும், சீக்கிரத்திலேயே குழந்தையைப் பெற்றெடுத்த தாய், வீட்டு வேலையையும் குழந்தையையும் கவனிப்பதற்குத் தயாராகி விடுகிறாள். பிரசவத்தினால் அதிக பாதிப்பும் இருக்காது.

சிசேரியன் முறை என்றால் இயற்கைக்கு அப்பாற்பட்ட ஒன்றாக இருப்பதனால் பல தொந்திரவுகள் ஏற்படும். முதலில் அனெஸ்தீஸியா பாதிப்பின் அபாயம் உள்ளது. குழந்தை பிறந்தவுடன் வயிற்றைக் கிழித்த இடம் குணமடைவதற்காகவும் வலியைக் குறைப்பதற்காகவும் வீரியமுள்ள மாத்திரைகளைச் சாப்பிடும்படி ஆகிவிடுகிறது.

பிறகு ஆறு மாத காலம் கனமான பொருளைத் தூக்காதே. அப்படி இப்படி என்று ஆயிரம் கட்டுப்பாடுகள். எல்லாவற்றிற்கும் மேலாகப் பிரசவத்திற்குப் பிறகு வயிற்றைக் கட்ட முடியாமல் போவதால் வயிறு அப்படியே தங்கி விடுகிறது. அதற்காக வாக்கிங், உடற்பயிற்சி என்று பாடுபட வேண்டும். வீட்டு வேலை, அலுவலக வேலை, கைக்குழந்தை என்று அஷ்டாவதானம் ஆடுபவர்களுக்கு உடற்பயிற்சிக்கோ ஓய்விற்கோ எங்கே நேரம்?

இதையெல்லாம் தவிர்ப்பதற்காகத்தான் நான் இயற்கையான முறையில் என் மகன் மஹிமாவைப் பெற்றெடுக்க அத்தனை பாடுபட்டேன். கடைசியில் டாக்டர் குப்தாவினால் அந்த ஆசையில் மண் விழுந்தது. ஆனாலும் சீக்கிரமே சாதாரண நிலைக்கு வந்து விட வேண்டும் என்கிற உந்துதலினால் நான் விரைவாகத் தேறி, என் அலுவல்களையும் செய்ய ஆரம்பித்து விட்டேன்.

பிறகு வங்கியில் டில்லியிலிருந்து கொல்கத்தாவிற்கு மாற்றல் வாங்கிக் கொண்டு மஹிமாவையும் அழைத்துக் கொண்டு என் கணவருடன் முதன் முதலாகக் குடும்பம் நடத்தச் சென்றேன். கொல்கத்தாவில் எங்கள் வீட்டிற்கு அருகிலேயே உள்ள ஒரு கிளைக்கு என்னை பணி புரிய அனுப்பினார்கள். அதனால் குழந்தைக்குப் பால் புகட்டி விட்டு, பாட்டில், தண்ணீர் எல்லாம் எடுத்து வைத்து விட்டு 'ஆயாவிடம்' அவளை விட்டு விட்டு அலுவலகம் சென்று வந்தேன். மதிய நேரத்தில் வேகுவேகென்று எட்டி நடையைப் போட்டு மீண்டும் குழந்தைக்குப் பால் கொடுக்க வீட்டிற்குச் செல்

அனுபமா

வேன்.

காலையில் 5 மணிக்கு எழுந்தவுடன் சற்றுத் தொலைவில் இருந்த ஒரு நீச்சல் குளத்திற்கு நடந்து சென்று நீந்தி விட்டு பஸ் பிடித்து வீட்டிற்கு வந்து, சமையல் செய்து விட்டு, எல்லா அலுவல்களையும் முடித்துக் கொண்டு அலுவலகம் செல்வேன். முதுகுத்தண்டில் ஊசிப் போட்டிருந்ததால் முதுகில் எப்போதும் வலி இருந்து கொண்டிருந்தது. அதற்காகத்தான் நீச்சல், வாக்கிங் என்று உடற்பயிற்சி செய்ய வேண்டியிருந்தது.

மஹிமாவைப் பார்த்துக் கொள்வதற்கு என் கணவர் உறுதுணையாக இருந்தார். அவளைக் குளிப்பாட்டி, அவளுக்குச் சாப்பாடு கொடுத்து தயார்ப்படுத்துவது எல்லாவற்றையும் அவரே செய்தார். மஹிமாவும் படுவேகமாக வளர்ந்தாள். ஆறு மாதத்திலேயே எழுந்து உட்கார்ந்து கொண்டு விட்டாள். எட்டு மாதத்தில் எழுந்து நின்று பத்தாவது மாதம் நடக்க ஆரம்பித்து விட்டாள். பேச்சும் சீக்கிரமே வந்து விட்டது. அலுவலகம் செல்லும்போது நான் பாடிய நர்சரி ரைம்ஸ் கேசட்டைப் போட்டால் பேசாமல் கேட்டுக் கொண்டிருப்பாளாம். ஆனால் எங்களுக்கெல்லாம் ஆச்சரியம் கொடுத்த விஷயம் ஒன்றரை வயதிற்குள் கிட்டத்தட்ட இருபத்தி ஐந்து நர்சரி ரைம்களை, அவள் பாடியதுதான். உடனே அவற்றை ரெக்கார்டரில் பதிவுசெய்தோம்.

இத்தனையெல்லாம் வளர்ச்சி ஏற்பட்டும் ஒரு வயது வரையில் அவளுக்குப் பல்லே வரவில்லை. எனக்கு சிசேரியன் ஆனதாலும், முதுகுத்தண்டில் வீரியமுள்ள மயக்க மருந்து கொடுத்திருந்ததாலும் மஹிமாவின் வளர்ச்சியைப் பற்றி எப்போதுமே டென்ஷன்தான். பெங்காலி குழந்தைகளுக்கு ஆறாம் மாதமே பல் முளைத்து விடும். உடனே அரிசியும் பழமும் கொடுத்து ஒரு விழாவாகக் கொண்டாடுவார்கள். என் மஹிமா மட்டும் பொக்கை வாயுடன் நர்சரி ரைம்ஸ் சொல்லிக் கொண்டிருந்ததில் எனக்கு ஒரே துக்கம்.

அவளைப் பார்த்துக் கொண்டிருந்த டாக்டரிடம் ஒருநாள் அவளை அழைத்துச் சென்றோம். டாக்டர் சக்ரபர்த்தி கொல்கத்தாவிலேயே பிரபலமாக இருந்த குழந்தை மருத்துவர். ஆனால் முசுடு. "டாக்டர் என் மகளுக்குப் பல்லே முளைக்கவில்லையே?" என்று நான் கவலைதோய்ந்த முகத்துடன் கேட்க அவர் பதில் கேள்வி கேட்டது இன்று நினைத்தால் சிரிப்பு வருகிறது. ஆனால் அப்போது எரிச்சலாக இருந்தது.

"ஏம்மா, பல்லே முளைக்காத மனிதப் பிறவியை எங்கேயாவது பார்த்திருக்கிறாயா?" என்றுதான் கேட்டார் டாக்டர் சக்ரபர்த்தி.

கொல்கத்தாவின் சீதோஷ்ண நிலையும் சுற்றுப்புற சீர்கேடும் தாங்காமல் குழந்தைகளுக்கு எதற்கெடுத்தாலும் ஜலதோஷமும் ஜுரமும் வரும். மஹிமா அதற்கு விதிவிலக்கல்ல. அடிக்கடி ஜலதோஷம் வருவதும் மாதத்திற்கு ஒரு வாரமாவது ஆன்ட்டிபயாட்டிக் மருந்துகளை வேறு வழியில்லாமல் கொடுப்பதும் வாடிக்கையாகி விட்டது. மஹிமாவுக்கு அடிக்கடி 103° - 104° வரை ஜுரம் வந்து கொண்டிருந்தது. அங்குள்ள டாக்டர்களோ படு பயங்கரமாக, "ஜுரம் வரும் போது குழந்தையின் தலையைக் குழாயிக்கு அடியில் வைத்து தண்ணீர் விடு" என்று சர்வசாதாரணமாகச் சொல்லி விடுவார்கள். குழந்தைக்கு ஜன்னி கண்டு விடுமோ என்று நமக்குத்தான் உதறல் எடுக்கும். நான்



திருமதி. நித்யா கிருஷ்ணன் :
(நடிகை ரம்யா கிருஷ்ணனின் தாய்)

"ரம்யா சிறிய வயது முதலிலிருந்தே எல்லோருடனும் நட்புடனும், கருணையுடனும் பழகுபவள். எவரோடும் விரோதமே பாராட்டாத டைப். யாரையுமே மனதை நோகும்படி பேசவே மாட்டாள். அப்படி யாரேனும் நாம் ஆமோதிக்காத வகையில் நடந்து கொண்டாலும், "பாவம், அவர்களுக்கு என்ன நிர்ப்பந்தமோ, இப்படி நடந்து கொள்கிறார்கள், நீ மனசுலே ஒன்னும் வெச்சுக்காதே" என்று எனக்கே ஆலோசனை கூறுமளவிற்கு மனிதநேயம் உள்ளவள்.

திரையுலகில் ஒருவர் மனதைப் புண்படுத்தும்படியான நபர்களும், சந்தர்ப்பச் சூழ்நிலைகளும் ஏராளம். ஆனால் எந்த ஒரு விஷயத்திற்கும் கோபமடைந்து வெறுப்பு ஏற்பட்டதே இல்லை. அவளுடைய விவேகத்தைப் பார்த்து நானே என்னை மாற்றிக் கொண்டிருக்கிறேன் என்றால் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்!"



யூ.டி.கொலோன் பட்டியை மட்டும்தான் போடுவேன்.

ஒருமுறை, மஹிமாவிற்கு எட்டு மாதம் இருக்கும் பொழுது, கொல்கத்தாவில் அடித்துக் கொட்டிய மழையில் குழந்தைகள் பலருக்கும் ஜலதோஷம், ஜுரம், வயிற்றுப்போக்கு ஏற்பட்டது. எங்கள் ஃப்ளாட் ஒரு ஏரிக்குப் பக்கத்தில் இருந்தது. அன்று மஹிமாவின் ஜுரம் அதிகமாகவும் டாக்டரிடம் சென்று வரலாம் என்று லீவு போட்டு விட்டுக் கிளம்பினால் தெருவெங்கும் வெள்ளப்பெருக்கு. ஏரி நிறைந்து சாலைக்கு வந்து விட்டிருந்தது. பஸ், டாக்ஸி ஒன்றும் கண்ணில் படவில்லை. குழந்தையையும் தூக்கிக் கொண்டு பைத்தியக்காரி மாதிரி அலைந்து விட்டுக் கடைசியில் அவளை வீட்டில் ஆயாவிடம் விட்டு விட்டுத் தனியாக டாக்டரை அழைத்து வரலாம் என்று கிளம்பினேன்.

நல்ல வேளையாக எனக்குத் தெரிந்த பக்கத்து வீட்டு மாமி அப்போது ஒரு கை ரிக்ஷாவில் வந்து இறங்கினார். ரிக்ஷாக்காரன் அதிகமாகப் பணம் கேட்டாலும் பொருட்படுத்தாமல் கிளம்பினேன். இத்தனை பாடுபட்டு க்ளினிக்கிற்குச் சென்று பார்த்தால் அங்கு டாக்டர் சக்ரபர்த்தி இல்லை! வேறு பல டாக்டர்களையும் முயற்சி செய்து விட்டுத் தோல்வியுடன் வீடு திரும்பினேன்.

வீட்டில் என் கணவர் வந்து விட்டிருந்தார். மதியம் டாக்டர் சக்ரபர்த்தி எங்கள் வீட்டிற்கு வந்து சேர்ந்தார். காலையிலிருந்து நாங்கள் இருவரும் அவரைத் தேடிப் பிடித்து தொலைபேசியில் ஆயிரம் தடவை தகவல் அனுப்பியிருந்ததால் வந்திருந்தார்.

"சாதாரணமாக நான் வீடுகளுக்குச் செல்வதில்லை. ஏதோ இந்தத் தடவை போனால் போகிறது என்று வந்தேன்," என்று இரட்டிப்பு கட்டணம் வாங்கிக் கொண்டார். மஹிமாவிற்கு ஊசிப் போட்டு விட்டு, "பசித்தால் கோகோ கோலா கொடுங்கள். ஜுரம் அதிகமானால் குழாயடியில் அவளுடைய தலையைச் சிறிது நேரம் வைத்து விட்டு எடுங்கள்'' என்று கூலாகச் சொல்லிவிட்டுச் சென்றார்!

போதுமடா சாமீ! ஆங்கில மருந்துகளே வேண்டாம் என்றாகி விட்டது. ஹோமியோபதி மருந்துகளைக் கொடுக்க ஆரம்பித்தோம். அதில் நல்ல பலன் இருந்தது. இப்படியே சமாளித்துக் கொண்டிருந்தபோது சென்னைக்கு மிடு முறைக்கு என் புகுந்த வீட்டிற்கு வரும்படியாக இருந்தது. இங்கு வந்த போது மீண்டும் மஹிமாவிற்கு ஜுரம் ஜலதோஷம் ஏற்பட்டு சென்னையிலேயே மிகவும் பிரபலமாக இருந்த ஒரு டாக்டரின் வீட்டிற்குச் சென்றோம்.

மஹிமாவைப் பார்த்த இந்த மருத்துவர் உடனே, "என்ன இது? குழந்தையை இப்படி வைத்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள்? அவளுடைய டான்ஸில்ஸ் ரொம்பவும் வீங்கியிருக்கிறது. உடனே டான்ஸில்ஸ் ஆபரேஷன் செய்ய வேண்டும். இல்லாவிட்டால் டான்ஸில்ஸ் மேலும் வீங்கி, குழந்தைக்கு மூச்சுத் திணறலில் நாளைக்குள் உயிரே போய் விடும்" என்று ஒசாமா பின்லேடன் கணக்காக ஒரு அணுகுண்டை வீசினார். எங்களை ஒன்றும் கேட்காமலேயே தேவகி மருத்துவமனையில் உடனே ஆபரேஷன் தியேட்டரை ரெடி செய்ய உத்தரவிட்டார்.

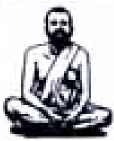
இப்படி திடீரென்று எந்த டாக்டராவது ஆபரேஷன் என்றாலே எனக்குக் குலைநடுக்கம். வீட்டில் கேட்டு விட்டு வருகிறோம் என்று நானும் என் கணவரும் எஸ்கேப் ஆகி வருவதற்குள் போதும் போதும் என்றாகி விட்டது. அந்த பிரபல டாக்டர் சொன்னபடி பிஞ்சுக் குழந்தைக்கு உடனே ஆபரேஷன் செய்திருந்தால் எப்படித் தாங்கியிருக்குமோ? ஆனால் அவர் கெடு வைத்ததைப் போல் ஒன்றும் நடக்கவில்லை. ஹோமியோபதி மருந்திலேயே மஹிமா குணமடைந்தாள்.

இதில் வேடிக்கை என்னவென்றால் இந்த டாக்டரின் மகனும் ஒரு ஈஎன்டி மருத்துவர் தான். அவருடைய மகளும் மஹிமாவும் ஒரே பள்ளியில், ஒரே வகுப்பில் சில ஆண்டுகள் படித்தனர். அப்போது மீண்டும் மஹிமாவிற்குப் பத்தாம் வகுப்பில் படித்துக் கொண்டிருந்த போது, அடிக்கடி ஜலதோஷம் வருகிறது, போர்ட் பரீட்சை எழுதுவதற்குத் தொந்திரவாக இருக்குமே என்று இவரிடம் அழைத்துச் சென்றோம். அடையாறின் பிரபல மருத்துவமனையில் ஏ.சி. அறையில் உட்கார்ந்து கொண்டு, தன்னுடைய மகளின் வகுப்பு மாணவி என்று தெரிந்தும் இவர் கூறியது, "உடனே டான்ஸில்ஸ் ஆபரேஷன் செய்ய வேண்டும்" என்பதுதான்!

பக்கத்து வீட்டுக்காரர்கள் பூந்தி கொடுத்தார்கள். பூந்தி குண்டு குண்டாக பார்க்க அழகாக இருந்தது. எப்படிச் செய்தீர்கள் என்றேன். "கடலை மாவுடன் சிறிது உளுந்து மாவும் கலந்து செய்தோம்'' என்றார்கள். நாமும் கூடச் செய்து பார்க்கலாமே.

- அஞ்சலி மாரியப்பன்.





ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்



72, காமராஜ் சாலை, பழைய பெருங்களத்தூர்,
(வழி) தாம்பரம், சென்னை - 63. போன்: 276 0612.
City Office: No.7, முதல் மாடி, வேலு தெரு, மேற்கு மாம்பலம்,
(அயோத்யா மண்டபம் அருகில்) சென்னை - 600 033. போன்: 371 4942.

ஏழை மாணவர்களுக்கு உதவுங்கள்

பேரன்புடையீர்! வணக்கம்

நம் சக்தி பீடத்தின் சார்பில் கடந்த 14 ஆண்டுகளாக நடைபெற்று வரும் "ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண சேவா குருகுலத்தில்" தாய், தந்தையற்ற, திக்கற்ற மற்றும் வறுமை கோட்டின் கீழ் வாழும் 180 மாணவ மாணவிகளும் தங்கி படித்து வருகின்றனர்.

நாள்தோறும் இறைவழிபாடு, கூட்டு பிரார்த்தனை, பகவத்கீதை பாராயணம் ஆகியவைகளுடன், நல்ல கல்வி, காலை, மாலை உடற்பயிற்சி ஆகியவைகள் அளிப்பதுடன் உணவு, உடை, தங்குமிடம் ஆகியவைகளும் இலவசமாக வழங்கப்பட்டு நல்ல முறையில் வளர்ந்து வருகிறார்கள்.

மேலும் பகவான் ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ணர், சுவாமி விவேகானந்தர் ஆகியோர்களின் உயர்ந்த லட்சியங்கள் போதிக்கப்படுவதுடன், சமுதாய சேவை பயிற்சியும் அளிக்கப்படுகிறது.

இக்குருகுலத்தின் பராமரிப்பு செலவு முழுவதும் நன்கொடையாளர்கள் அளிக்கும் உதவிகள் மூலம் மட்டுமே நடைபெற்று வருகிறது. ஆகவே, தாங்கள் இப்புனிதப் பணிக்கு தங்களால் இயன்ற உதவியைச் செய்யும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

• காலை சிற்றுண்டி (180 பேருக்கு)	ரூ.	1,000/-
• மதிய உணவு	ரூ.	2,000/-
• இரவு சிற்றுண்டி	ரூ.	1,000/-
• இனிப்பு மற்றும் பால் வழங்குதல்	ரூ.	1,000/-
• ஒரு மாணவனுக்கு ஓராண்டிற்கு கல்வி உதவித் தொகை	ரூ.	1,000/-
• ஒரு மாணவனுக்கு பராமரிப்பு செலவு ஓராண்டிற்கு (உணவு, உடை, கல்வி)	ரூ.	12,000/-
• குருகுலத்தின் ஒரு மாதத்திற்கான பராமரிப்பு செலவு	ரூ.	2,00,000/-

மேலும் தங்களின் பிறந்த நாள், திருமண நாள், குழந்தைகளின் பிறந்த நாள், தொழில் / வியாபாரம் தொடங்கிய நாள், மற்றும் இதர பண்டிகை நாட்களான தீபாவளி, பொங்கல், கிறிஸ்துமஸ், ரம்ஜான் போன்றவைகளில் மாணவர்களுக்கு சிறப்பு விருந்து ஒன்றை அளித்து அவர்களுடன் மகிழ்ச்சியை பகிர்ந்து கொள்ளலாம்.

தாங்கள் அளிக்கும் தொகை எவ்வளவு சிறியதாக இருந்தாலும் அன்புடன் ஏற்றுக்கொள்கிறோம். தங்கள் நன்கொடைகளை "ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்" என்ற பெயருக்கு **Cheque / DD / MO** மூலம் அனுப்பி வைக்கும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

இறைவன் தொண்டில்

சுவாமி ஸ்ரீ ஸர்வாத்மானந்தர் (நிறுவனர்) — சுவாமி ஸ்ரீ பாலகிருஷ்ணானந்தா

நன்கொடைகளுக்கு 80G பிரிவின்படி வருமானவரி விலக்கு உண்டு

"என்ன அண்ணா! மன்னியை உன்கூட கூட்டி வரப் போறியா?" சந்தேகமாய்க் கேட்டாள் தங்கை காஞ்சனா.

"இதென்ன கேள்வி காஞ்சனா? சுப்புணியும் மாட்டுப் பெண் சுதாவும் வேலைக்குப் போறதால, ஆள் போட்டாவது மன்னிய வெச்சுக்கறேங்கறா! ஆனா மன்னிக்குத்தான் வெளிநாடெல்லாம் போயி இருக்க மனசில்ல. பொண்ணு ரமாவும் தூர தேசத்தில - நாமதான பக்கத்திலே இருக்கோம்! அண்ணா போனதுக்கப்புறம் மன்னிக்கும் வேற யாரு இருக்கா? நாமதான் பார்த்துக்கணும்!" அழகாய் முடித்தார் அண்ணா வரதன்.

சிறிதும் வஞ்சனையில்லாமல், அழகாய் பேசி முடிக்கும் வரதனை கண்கலங்கப் பார்க்கிறாள் காஞ்சனா. மனதினுள் பழைய ஞாபகங்கள் எட்டிப் பார்க்கின்றன.

காஞ்சனாவிற்கு ஒன்றரை வயது. வரதனுக்குப் பத்து வயது.

விசுவாசம்

இருவரையும் விட வயது மூத்தவர் வாசுதேவன். அவருக்கும், விசாலத்திற்கும் திருமணமாகி மூன்று வயதில் பெண் குழந்தையும் இருக்க, பெற்றோர் இருவரும் ஒரு ஆக்ஸிடெண்ட்டில் இறந்தது துரதிர்ஷ்டமே.

வரதனையும், காஞ்சனாவையும் வளர்க்கும் முழு பொறுப்பும் வாசுதேவன் தலையில். சற்றுக் கூட முகம் சுளிக்கவில்லை அவர்.

'விசாலம்! தாயில்லாத இவங்க ரெண்டு பேரையும் வளர்க்கும் பொறுப்பு உன்னுடையது. நீதான் அம்மா!" என்று இரண்டு வார்த்தைகளோடு நிறுத்திக் கொண்டார்.

மன்னி விசாலமும், முதலில் பரிதாபத்துடன் குழந்தை காஞ்சனாவை அன்புடன் ஏற்றுக் கொண்டாள்தான். ஆனால், குழந்தைகள் வளர வளர



லலிதா வரதராஜன்

வேற்றுமைகள் தலைதூக்கின. தான் தன் குடும்பம் என்றில்லையே என்ற மனோ பாவம் அதிகரித்தது.

பெரியவளானாலும் தன் பெண் ரமா செய்தால் ஒன்று, காஞ்சனா செய்தால் வேறு ஏன்று எண்ண ஆரம்பித்ததின் விளைவு பாகுபாட்டுடன் வளர ஆரம் பித்தாள் காஞ்சனா. பச்சை மண்ணான தால் நன்றாகவே மனதில் பதிந்து போயின மன்னியின் செயல்பாடுகள்.

வளரும் குழந்தைகளுக்குப் பால் எவ் வளவு அவசியம்? அதில் கூட தன் குழந் தைக்குத் திக்கான பால், காஞ்சனாவிற்குத் தண்ணீர் விட்டு என்று எடுத்து வைத்துக் கொடுப்பாள். ஆகாரம் என்றில்லை, எடுக் கும் துணிகளில் கூட அந்த வேற்றுமை



திருமதி சுப்புலக்ஷ்மி :
(எழுத்தாளர், பேச்சாளர் மற்றும் சென்னை தொலைக்காட்சி நிலையத்தில் செய்தித் தயாரிப்பாளர் ஆண்டாள் ப்ரியதர்ஷினியின் தாயார்)

''என் மகள் பெரிய எழுத்தாளராகவோ, பேச்சாளராகவோ இருக்கலாம். ஆனால் அவள் குடும்பத்தைப் பார்த்துக் கொள்ளும் பாங்கு இருக்கிறதே, அது எல்லோருக்கும் வராது. தினமும் காலை நான்கு மணிக்கு தூர்தர்ஷனிலிருந்து வண்டி வந்து விடும். மூன்று மணிக்கே எழுந்து கணவருக்கும் குழந்தைகளுக்கும் பார்த்துப் பார்த்துத் தேவையானவற்றைச் செய்து முடித்து விட்டு போவதைப் பார்த்து நானே ஆச்சரியப்படுகிறேன். இவள் என்ன பாரதியாரின் புதுமைப் பெண்ணா அல்லது அந்தக் காலத்துப் பழக்க வழக்கங்களைப் பின்பற்றும் பழமைவாதியா என்று குழம்பிப் போகிறேன். எந்த விஷயத்திற்காகவும் கோபப்படாமல் எந்நேரமும் சிரித்த முகத்துடன் இருக்கும் ஆண்டாள் என் மகள் என்பதில் எனக்கு எப்போதும் பெருமைதான்!''

நன்றாகத் தெரியும்.

விவரம் புரிந்தபின் வரதனிடம் சொல்லி அழுதாலோ, "இங்க பாரு காஞ்சனா! நமக்கோ அப்பா, அம்மா இல்லை! ஆதரிக்க அண்ணாவாவது இருக்கானேன்னு நெனச்சுக்கணும்! அண்ணாவோட நல்ல மனசுக்காவது நாம பொறுத்திட்டுத்தான் போகணும்!''

குழந்தைகள் அடித்துக் கொண்டாலோ நியாயம், தர்மமெல்லாம் பறந்து போகும். காஞ்சனா அநியாயமாய் அடிவாங்குவாள். விசாலத்திற்குக் கோபம், ஆங்காரம், கடுஞ் சொல் எல்லாமே அதிகம். ஆனால், வாசுதேவனைக் கண்டு விட்டால் என்ன மாயமோ? சுடு சொல்லே பேச மாட்டாள்.

கஷ்டம் அதிகமாக, ஆக காஞ்சனாவிற்கு மன்னி போடும் இரட்டை வேடம் புரிந்தாலும், நீக்குபோக்குத் தெரிந்து நடந்து கொண்டு, படிப்பில் கவனம் செலுத்தி, வேலைக்கும் சேர்ந்தாள். சின்ன அண்ணா வரதனின் போதனையால் மனதால் மிகவும் பக்குவப்பட்டாள்.

''என்று விடியும்?'' என்று கேட்டாலோ,

''ஏன் அவ்வாறு நினைக்கிறாய்? 'நம் மன்னிதானே!' என்று நினைத்தால் உனக்கு இந்த வேறுபாடான செயலே தெரியாது!'' - இது வரதன்.

''ஒவ்வொரு வாய் சாதம் சாப்பிடும் போதும், நம்மை வளர்த்த அண்ணாவும், மன்னியும் நன்றாக இருக்க வேண்டும் என்று கடவுளை வேண்டிக் கொள்'' என்பான்.

எந்த ஒரு நல்ல காரியம் நடந்தாலும் "எல்லாம் உன் ஆசியால்தான் மன்னி!'' என்று சொல்லி நமஸ்கரிப்பார்கள்.

''ஏதோ நமக்கென்று இரண்டு குழந்தைகள்; அவற்றிற்கு செய்தோம், கொண்டோம்! என்றால் சரி; கூடவே இவர்களிருவரும், அரசனாயிருந்தாலும் ஆண்டியாக வேண்டியதுதான் - செய்யக்கூடாது என்றில்லை; சாப்பாடு போட்டுப் படிக்க வைக்கலாம். பிறகு அவரவர் பாதையில் கல்யாணம் பண்ணி தனியே வையுங்கள்!''

''தனியா இருந்தா எப்படி வேணா இருக்கலாம்; நம்ம நிலைமை அப்படியா?''

மன்னியின் பேச்சு எப்போதுமே மெதுவாக நைச்சியமாக இப்படித்தான் இருக்கும்.

அண்ணாவுக்குப் புரியுமோ

புரியாதோ ஆனால் இவர்களை ஆளாக்க வேண்டும் என்ற எண்ணத்தினால் பதிலே பேச மாட்டார். இவர்களிடம் மன்னி பேசும் போதோ,

"நீங்கள்லாம் வெளியில இருந்து பார்க்கணும்; அப்பத்தான் நார்ற நாத்தம் தெரியும். உங்கண்ணா சத்தம் போடாம வாங்கிப் போடறதால அருமை தெரியலை!" வார்த்தைகளால் குத்திக் கிழிப்பாள்.

கூடப் பிறந்த ரத்தம், பாவம் நமக்காகக் கஷ்டப்படுகிறாரே என்ற ஒரே பாசத்தால் இருவருமே வாயைத் திறந்து அண்ணாவிடம் ஒரு வார்த்தைக் கூடச் சொன்னதில்லை.

வருடம் ஓடியதே தெரியாமல் காஞ்சனாவிற்குத் திருமணம் ஆனது. முழு பொறுப்பையும் வேலைக்குப் போன வரதனே ஏற்றுக் கொண்டார். வரதனுக்கும் திருமணமாகி தனியாக வைத்து, மகன் பஹ்ரைனிலும், ரமா அயர்லாந்திலுமாக செட்டிலாகி விட, இங்கு தனியாக இருந்தனர் இருவரும்.

போன மாதம் ஹார்ட் அட்டாக்கில் வாசுதேவன் இறந்து போக, மகன் எவ்வளவோ கூப்பிட்டும், போக மறுத்ததால், வரதன் தன்னுடன் மன்னியை அழைத்துப் போவதாக ஏற்பாடு. அதற்குத்தான் தயக்கமாய், காஞ்சனா சின்ன மன்னியுடன் ஒத்து வருமா என்று மறைமுகமாய்க் கேட்கிறாள்.

"உங்க மன்னிகிட்டே நா பழசெல்லாம் சொல்லலியே காஞ்சனா. நான் தெய்வமா நெனக்கிற மன்னியை அவளும் அப்படியே ஏத்துப்பா!"

"இல்லண்ணா...!" - இழுத்தாள் காஞ்சனா.

"அதுவும் வயசான காலத்தில குழந்தைகளோட இருக்க முடியாம அல்லாடற மன்னி நம்மள அம்மா ஸ்தானத்திலிருந்து வளர்க்கலியா?"

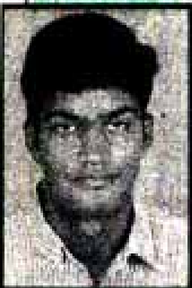
"நல்ல வார்த்தைன்தான் நம்மை உசத்தும் காஞ்சனா! குற்றத்தைத் தள்ளி குணத்தைப் பார்க்கணும்! நீ யோசிச்சுப் பாரு! இந்தக் காலத்துல சொந்தப் பொண்ணையே வயத்துல நெருப்பைக் கட்டி வளர்க்க வேண்டியிருக்கு! உன்னை ஒரு கெட்ட பேரும் இல்லாம நல்ல ஒழுக்கத்தோட, வளர்த்து ஆளாக்கலியா? கல்யாணத்துக்கு நான் எல்லா செலவையும் ஏத்துண்டாலும், கடைசில பவுன் கொறஞ்சப்போ தன் சங்கிலியைத்தான் போட்டா மன்னி! இது மாதிரி எத்தனையோ நம் கண்ணுக்குத் தெரியாத நல்ல விஷயம் செய்திருக்கலாம்! அத மட்டும் யோசி!" தொடர்ந்தார் வரதன்.

"அப்படி மன்னி நடந்ததாலதான், அத ஒரு ப்ளெஸிங் இன் டிஸ்கைஸா நெனச்சதாலதான் நம்மளால இவ்வளவு தூரம் முன்னேற முடிந்தது! வீட்டு மனுஷங்ககிட்டேயே நம்மளால குற்றம் பார்க்காம நடந்துக்க முடியலன்னா அப்புறம் விசுவாசம்ங்கறதுக்கே அர்த்தமில்லாம போயிடும்! மன்னிப்புங்கறது கடவுள் கொடுக்கிறது. மனுஷாளுக்கு அந்தத் தகுதியும் இல்லை; கொடுக்கவும் மனசிருக்காது!"

"ரொம்பச் சரிண்ணா நீ சொல்றது! நானும் போயி மன்னியை எங்க வீட்டுக்கும் வான்னு கூப்பிட்டுட்டு போறேன்!" உள்ளே நடந்த காஞ்சனாவிடம் இப்போது எந்தத் தயக்கமும் இல்லை.



திருமதி சசிகலா ஸ்ரீகாந்த் : (கப்பலோட்டிய வீரர் சந்தீப் ஸ்ரீகாந்தின் தாயார்)



"சந்தீப் சிறு வயதில் நீச்சல் போட்டியில் கலந்து கொண்டு மாநில, மற்றும் தேசிய போட்டிகளில் மெடல்களைக் குவித்துக் கொண்டிருந்தான். 16 - 17 வயதில் 'செய்லிங்' போட்டியில் கலந்து கொண்டு முதல்வதாக வந்தான். ஹைதராபாத்தில் 2000ல் நடந்த தேசிய கப்பலோட்டும் போட்டியில் அவன் முதல்வதாக வந்த போது எனக்கு மிகவும் சந்தோஷமாக இருந்தது. நம் நாட்டிலேயே ராணுவத்தில் இல்லாத, மிகவும் சிறிய வயதில் அவனுக்கு இந்த வெற்றி கிடைத்தது பெருமைக்குரிய விஷயம்."

அச்சமில்லை, அச்சமில்லை!



என் செல்லக்குட்டி அஸ்வத் இரண்டு வயதிலேயே சரமாரியாக ரைம்ஸ்ும் ஸ்லோகங்களும் பாட்டுகளும் பாடிய போது அவனை ஸ்கூலில் சேர்க்க வேண்டுமென்ற ஆசை அதிகரித்தது. ஒரு நல்ல நாளில் பல ஸ்கூல்கள் ஏறி இறங்கி ஒருவழியாக பிரபல பள்ளி ஒன்றில் சேர்த்தோம். (எங்கள் பட்ஜெட்டுக்கு மீறின பள்ளியே).

அவனும் நன்றாகவே படித்து வந்தான். அப்போது பள்ளியில் கலைநிகழ்ச்சிகள் (சுதந்திர தினத்திற்காக) நடத்தப்பட்டன. தினமும் அவனது ஆசிரியை பல குழந்தைகளைச் சேர்த்துக் கொண்டு அவர்களை நிகழ்ச்சிகளுக்கேற்ப தயார்ப்படுத்திக் கொண்டிருந்தார். என் மகனோ என்னிடம் வந்து அம்மா என்னையும் சேர்த்துக் கொள்ளச் சொல் என்று அடம் பிடித்தான். மறுநாள் மிஸ்ஸிடம் சென்று இவனது ஆசையைச் சொன்ன போது அவர்கள் சொன்னது எல்லோரையும் செலக்ட் பண்ணியாச்சு. இப்போது முடியாது என்றார். சரி என நானும் வந்து விட்டேன். இவனோ ஒரே அழுகை. வீட்டில் வந்து மற்ற குழந்தைகளுக்கு மிஸ் சொல்லித் தருவதையெல்லாம் ஒரு வரி கூட விடாது எக்ஸ்பிரஷனோடு சொல்லவும் மீண்டும் ஒருமுறை மிஸ்ஸிடம் கேட்க யத்தனித்தேன். இப்படியாக அந்தப் போட்டிகளில் கலந்து கொண்டது தனிக்கதை.

பள்ளி முதல்வர் என்னை அழைத்து, "நாளைக்குப் பாரதியார் தினத்தை நினைவுபடுத்தும்வண்ணம், போட்டிகள் உள்ளது. வேண்டுமானால் (ஒரு குழந்தை வரவில்லை) உங்கள் மகனைச் சேர்க்கலாம் அவன் வகுப்பாசிரியைப் போய்ப் பாருங்கள்'' என்றார். உடனடியாகச் சென்றதில் அவர் கூறியதோ, நீங்களே தயார்ப்படுத்த வேண்டும். 2. வாடகை உடை, 150 ரூ. (இன்னொரு குழந்தைக்காக வாங்கி வைத்தது) வேண்டுமானால் சேர்த்து விடுங்கள் என்றார். 150 ரூபாய் என்றால் வேண்டவே வேண்டாம்' என வாய் திறக்குமுன் என் அன்பு மகன் தன் பிஞ்சுக் கைகளால், ''அம்மா அம்மா ப்ளீஸ்மா. நானும் பேசறேன். பெரிய மீசை வச்சுக்கறேன்'' என்ற போது மறுக்க முடியாமல் அவர்கள் கொடுத்த டிரஸ்ஸை வாங்கிக் கொண்டு வந்ததில் கணவரிடம் லட்சார்ச்சனைதான். பக்கத்து வீட்டில் 150 கடன். குடும்பத்தினரிடம் "சின்ன வயசுல எதுக்கு இதெல்லாம்?'' என்ற பாட்டு வேறு.

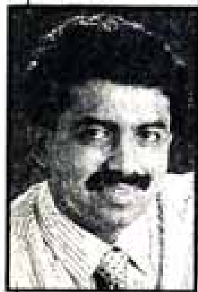
எது எப்படியிருந்தாலும் சரி குழந்தை மேடையேற வேண்டும் என்ற எண்ணத்தில் ஒரே இரவில் அவனைப் பயிற்றுவித்தேன். போட்டி நாளன்று பல பெற்றோர்கள் குழந்தைகளுக்கு ஜூஸ், மற்றும் தின்பண்டங்கள் கொடுப்பது, புகைப்படங்களை எடுப்பது மாக இருந்தனர். என் கண்மணியோ வெறும் கஞ்சியைக் குடித்து விட்டுத் தைரியத்துடன் தனது முறையை





திருமதி கல்யாணி மேனன் (இயக்குநர் மற்றும் விளம்பரப் பட தயாரிப்பாளர் ராஜீவ் மேனனின் தாயார்) :

''குழந்தைகள் வெற்றி பெறும் போது எந்தத் தாய்க்குமே சந்தோஷமாகத்தான் இருக்கும். ஆனால் நாம் கற்றுக் கொடுத்த நற்பண்புகளை நம் குழந்தைகள் நாம் சொல்லாமலேயே கடைபிடிக்கும்போதுதான் நிஜமாகவே ஒரு தாய் பெருமையடைகிறாள். என் மகன் ராஜீவ் அவன் தொழிலில் எத்தனையோ வெற்றி பெற்றிருக்கலாம். ஆனால் நான் பெருமைப்படுகிற விஷயம் வேறு.



ஒருமுறை ராஜீவ் ஒரு படத்தின் ப்ரிவ்யூவிற்காக விமானத்தில் உயர் வகுப்பில் செல்ல இருந்தான். அப்போது அவர்களது கம்பெனியில் ஒரு லைட்பாய்க்குக் காலில் அறுவை சிகிச்சை செய்வதற்கு இருபத்தி ஐயாயிரம் ரூபாய் பணம் தேவையாக இருந்தது. பணத்தை எப்படியாவது நிறுவனத்திலிருந்து புரட்டியிருக்கலாம். ஆனால் ராஜீவோ, தன் சௌகரியத்தைக் குறைத்துக் கொண்டு அதில் பணத்தை மிச்சப்படுத்தி அந்தப் பையனின் ஆபரேஷன் செலவை ஏற்றுக் கொண்டான். விமானத்தின் உயர் வகுப்பு டிக்கெட்டை சாதாரண டிக்கெட்டாக மாற்றிக் கொண்டு. அதே மாதிரி என்னுடைய இரண்டாவது மகனும் எங்கள் டிரைவருடைய குழந்தையின் படிப்புச் செலவை ஏற்றுக் கொண்டிருக்கிறான். அதே போல் எந்த ஒரு விலங்கிற்கும் யாரும் தீங்கிழைத்தால் இருவருமே தாங்க மாட்டார்கள். 1978ல் என் கணவர் மறைந்ததிலிருந்து தனியொரு ஆளாக இவர்களை வளர்த்தேன். நான் போதித்த நல்ல விஷயங்களை என் மகன்கள் இன்று நடைமுறை வாழ்க்கையில் செயல் படுத்துவது எனக்கு மிக்க சந்தோஷமாக இருக்கிறது.''

எதிர்பார்த்து நின்றது. அவனது முறையும் வந்தது. மைக் முன்பாக நின்றதும்,

"இச்சகத்துளோரெல்லாம் எதிர்த்து நின்ற போதிலும்
அச்சமில்லை அச்சமில்லை அச்சமில்லையென்பதே
பிச்சை வாங்கி உண்ணும் வாழ்க்கை பெற்றுவிட்ட போதிலும்
அச்சமில்லை, அச்சமில்லை, அச்சமென்பதில்லையே."

என்று தன் மழலையால் ப்ரவாக மாக ஒப்புவிக்க அந்த அத்தியாயத்தை முடித்தவுடனே, அனைவரின் கைத்தட்டலில் முதன் முறையாக என் மகனை மேடையேற்றி முதல் பரிசு பெற வைத்ததில் ஆஹா எத்தனை இன்பம். பள்ளி முதல்வரே எழுந்து நின்று கைதட்டியதும் மிகவும் மகிழ்ச்சி அடைந்தோம்.

மேலும் தற்போது நடைபெற்று முடிந்த தயா 2001 திறமைப் போட்டியில் (லதா ரஜினிகாந்த் அவர்களால் நடத்தப் பெற்றது) சென்னையிலேயே மிகக் குறைந்த வயதில் முதலாவதாக வந்து தனிநபர் நடனத்தில் முதற்பரிசு அவார்டு வாங்கியதை எங்கள் வாழ்நாளிலே மறக்க முடியாத ஒன்றாகும். 'இந்தக் குழந்தைக்கு என்ன தெரியும்?' என்று அனைவரும் அலட்சியப்படுத்த தைரியமாக அவனை மேடையேற்றி 5000 பேர்கள் முன்பு கரவொலி அடங்காமல் ஒலிக்க நான் தேம்பித் தேம்பி அழுதேன்.

அப் பிரபல பள்ளியில் தொடர்ந்து படிக்க வைக்க முடியாத நிலையில் என் மகனுக்கு லதா ரஜினிகாந்த் அவர்கள் ஓர் ஆண்டுக்குத் தேவையான பள்ளிக் கட்டணம் முதல், நோட்டுப் புத்தகங்கள், சீருடை என்றளித்து எங்களை ஆனந்தக் கடலில் ஆழ்த்தி விட்டார். உண்மையாகவே நாங்கள் எங்கள் மகனது திறமைக்கும் எங்களது பொறுமைக்கும் கிடைத்த பரிசாகவே எண்ணுகிறோம். வறுமையிலும் பெருமையடைந்தோம்.

— வள்ளி சந்திரசேகர்



ஸ்ரீ மாருதி டிராவல்ஸ்

தொலைபேசி எண் **5511786** 10/1, ராஜேஸ்வரி தெரு, பெரம்பூர், சென்னை — **600 011**
(நாம சங்கீர்த்தனத்துடன் அன்பர்களை அழைத்துச் செல்லும்
ஆன்மீக சுற்றுலா குழு அமைப்பாளர்கள்)

① **26.10.02** முதல் **27.10.02** வரை **திருவண்ணாமலை கிரிவலம், மற்றும் திருவிடந்தை, திருக்கடல்மல்லை, திருவஹிந்திபுரம், அன்னை அரவிந்தர் ஆசிரமம் பாண்டிச்சேரி.** 35 இருக்கைகள் கொண்ட டீலக்ஸ் பஸ், சாப்பாடு உட்பட நபர் ஒருவருக்கு கட்டணம் ரூ. 650/-

② **18.11.02** முதல் **02.12.02** வரை 15 நாட்கள் கொண்ட குஜராத், ராஜஸ்தான் மாதிலம் உட்பட்ட பஞ்சதுவாரகை யாத்திரை. சென்னை - அகமதாபாத் - சென்னை இரயில் மூலமாகவும், அகமதாபாத்திலிருந்து இதர இடங்களுக்கு 35 இருக்கைகள் கொண்ட டீலக்ஸ் பஸ் மூலமாக பயணம். துவாரகை, பேட்துவாரகை, தாகூர் துவாரகை, காங்க்ரோலி, மூலத்துவாரகை, ஸ்ரீநாத், மவுண்ட் அபு, அம்பாஜி, மாத்ருகயா, புஷ்கர், சோம்நாத் மற்றும் நாகேசம் இரயில், பஸ், சாப்பாடு, இரவு பொதுவாக தங்குவதற்கான கூடம் உட்பட நபர் ஒருவருக்கு கட்டணம் ரூ. 5,800/-

③ **09.12.02** ஒருநாள் கார்த்திகை மாத சோளிங்கர் யோக நரசிம்மர் தரிசனம் மற்றும் திருத்தணி. பஸ் கட்டணம் மட்டும் ரூ. 110/- சாப்பாடு செலவு அவரவருடையது.

④ **15.12.2002** 8 நாட்கள் அழகிய அந்தமான் தீவுகள். ஒரு வழி கப்பல், ஒரு வழி விமானப் பயணம்.

⑤ **22.1.03** முதல் **5.2.2003** வரை 15 நாட்கள் சப்த ஜோதிர்லிங்க யாத்திரை. சென்னை- மும்பாய்- உஜ்ஜெயின் - சென்னை ஆகிய இடங்களுக்கு இரயில் மூலமாகவும், இதர இடங்களுக்கு பஸ் மூலமாகவும் பயணம். மும்பாய், நாசிக், பஞ்சவடி, பண்டரிபுரம், ஷீரடி, சனி சிங்கனாப்பூர், உஜ்ஜெயின். இரயில், பஸ், சாப்பாடு மற்றும் பொதுவாக இரவு தங்குதல் கூடம் உட்பட கட்டணம் ரூ. 6,750/-



⑥ **13.2.03** முதல் **17.2.03** வரை 4 நாட்கள் ஆந்திர மாநில யாத்திரை. நெல்லூர், ரங்கநாதஸ்வாமி, அகோபிலம், மந்த்ராலயம், மகாநந்தி, ஸ்ரீசைலம் 35 இருக்கைகள் கொண்ட டீலக்ஸ் பஸ், சாப்பாடு, இரவு தங்குதல் உட்பட கட்டணம் ரூ. 1450/-

முழு விவரமறிய சுய விலாசமிட்ட ரூ. 5/-ஸ்டாம்ப் அடங்கிய கவருடன் விண்ணப்பிக்கவும்.

பங்கு பெறுவீர்! பாக்கியவான்களாவீர்! விவரங்களுக்கு: **V.சீனிவாசன்** *(அமைப்பாளர்)*

உதவி அன்னையர் தேவை

எங்கள் அறக்கட்டளை கோவை மாவட்டத்தில் உள்ள மதுக்கரையில், ஆதரவற்ற குழந்தைகளுக்கான இல்லங்கள் அடங்கிய கிராமம் ஒன்றை நிறுவியுள்ளது.

அதில் 10 இல்லங்களில், 66 குழந்தைகள் வளர்ந்து வருகின்றனர். மேலும் 3 இல்லங்கள் கட்டப்பட்டு வருகின்றது. ஒவ்வொரு இல்லத்திலும், ஒரு அன்னையின் மேற்பார்வையில் 7 குழந்தைகள் வளர்க்கப்பட்டு வருகின்றனர். 1993ம் ஆண்டு முதல் இயங்கிவரும் எங்கள் அமைப்பில் 10 அன்னையரும் 7 உதவி அன்னையரும் சிறப்பாகப் பணி புரிந்து வருகின்றனர்.

குழந்தைகள் வளர்ப்புப் பணியில் அன்னையர்க்கு உதவி புரிய, மேலும் சில உதவி அன்னையர்களை பணியில் அமர்த்த திட்டமிட்டுள்ளோம்.

இந்த உதவி அன்னையர் பணியில் ஈடுபாடு உள்ளவர்கள், திருமணம் செய்து கொள்ள விருப்பம் இல்லாதவர் / கணவரால் கைவிடப்பட்டவர் அல்லது கணவனை இழந்தவராக இருந்து, பத்தாம் வகுப்பு அல்லது அதற்கு மேலும் படித்தவராக, 25 வயதுக்கு மேல் 30 வயதுக்கு உட்பட்டவராகவும், தனக்கென்று குழந்தைகள் இல்லாதவராகவும் இருந்தால் முழு விபரங்களுடன் கீழ்க்கண்ட முகவரிக்கு விண்ணப்பிக்கவும்.

தேர்ந்தெடுக்கபட்டவர்களுக்கு பயிற்சியும், இருப்பிடம் மற்றும் உணவு வசதியோடு மாத ஊதியமும் அளிக்கப்படும்.

எம்.இ.சி. டிரஸ்ட்.
தபால் பை எண்.6, மதுக்கரை அஞ்சல், கோவை - 641 105.

ஷார்ட் நியூஸ்

∴ துணை ஜனாதிபதி பதவிக்குத் தேர்தல் அறிவிக்கப்பட்டது. தேசிய ஜனநாயகக் கூட்டணியின் சார்பில் பைரான்சிங் ஷெகாவத் நிறுத்தப்பட்டார். காங்கிரஸ் உள்ளிட்ட எதிர்கட்சிகளின் சார்பில் சுஷில்குமார் ஷிண்டே போட்டியிட்டார். சுஷில்குமார் ஷிண்டேவை 149 ஓட்டு வித்தியாசத்தில் பைரான்சிங் ஷெகாவத் வெற்றி பெற்று, குடியரசு துணைத் தலைவரானார்.

∴ சீனாவில் உள்ள ஷாங்காய் நகரில் யாங்பின் என்பவர் புற்றுநோயால் கல்லீரல் பாதிக்கப்பட்டு மருத்துவமனையில் சேர்க்கப் பட்டார். இதனால் அறுவை சிகிச்சை செய்து கல்லீரலின் சில பகுதிகளை மாற்ற மருத்துவர்கள் முடிவு செய்தனர். தந்தையின் ரத்தமும், மகனின் ரத்தமும் ஒரே பிரிவைச் சேர்ந்தது என்பதால் தந்தையே கல்லீரலின் சில பகுதிகளைத் தர முன்வந்தார். தந்தையின் வலப்பகுதி கல்லீரல் எடுக்கப்பட்டு மகனுக்குப் பொருத்தப்பட்டது. இறந்தவர்களின் கல்லீரலை எடுத்து பொருத்துவதைக் காட்டிலும் உயிருடன் இருப்பவர்களின் கல்லீரலை எடுத்துப் பொருத்துவது மிகவும் அனுகூலமானது என்று மருத்துவர்கள் தெரிவித்துள்ளனர். இது மருத்துவ உலகில் முக்கிய சாதனையாகக் கருதப்படுகிறது.

• நீராவி எஞ்சின் ரயில்...

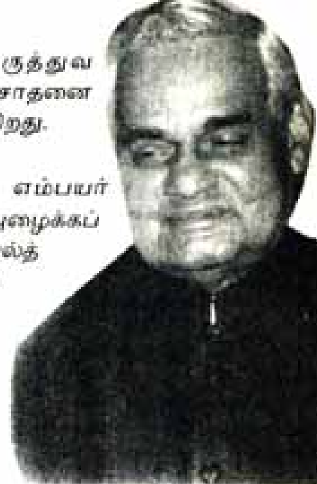


• சுசீலா ராமன்

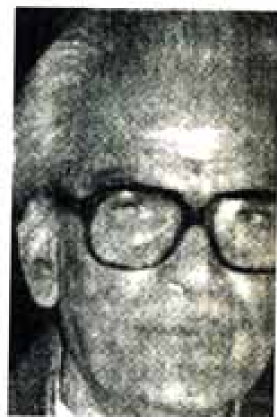


∴ 'பிரிட்டிஷ் எம்பயர் கேம்ஸ்' என்று அழைக்கப் பட்ட காமன் வெல்த் விளையாட்டுப் போட்டிகளில் 72 பதக்கங்களைக் குவித்து இந்தியா சாதனை செய்துள்ளது. முதல் இரண்டு இடங்களை ஆஸ்திரேலியாவும் இங்கிலாந்தும் பிடித்துக் கொண்டன. மூன்றாவது இடத்தில் 32 தங்கப் பதக்கங்களை வென்ற இந்தியா இருக்கிறது. 17 பிரிவுகளில் நடைபெற்ற போட்டியில் 72 நாடுகளில் இருந்து 6 ஆயிரத்துக்கும் மேற்பட்ட வீரர், வீராங்கனைகள் பங்கேற்றனர். துப்பாக்கி சுடுதல், பளு தூக்குதல் ஆகிய பிரிவுகளில் மட்டும் 27 தங்கப்பதக்கங்கள் கிடைத்துள்ளன.

கடந்த 20 ஆண்டுகளில் தடகளத்தில் இந்தியா பதக்கம் வென்றதில்லை. அதை முறியடித்துள்ளார் தமிழக வீராங்கனை அஞ்சு பாபி ஜார்ஜ். நீளம் தாண்டுதலில் வெண்கலப் பதக்கம்



• பிரதமர் வாஜ்பாய்



• ஷெகாவத்

அருள் ஒளி பரப்பும் திருஅண்ணாமலையில் பௌர்ணமி கிரிவலத்தில் அன்னதானம் செய்ய அழைக்கிறோம்!

பேரன்புடையீர்! வணக்கம். அருள்மிகு ஸ்ரீ அருணாசலேஸ்வரர் தங்களுக்கு அனைத்து நலன்களையும் தந்தருளப் பிரார்த்திக்கிறோம்.

ஆன்மீக அன்னதான அறக்கட்டளையின் ஐந்தாம் ஆண்டில் தொடர்ந்து அன்னதான சேவை!

• இமயமலையை விட காலத்தால் மூத்ததாகும் தெய்வத்திருமலையான நீபத்திரு அண்ணாமலை, ஒளி ஒன்றே கண்கண்ட கடவுளின் வடிவம் என்பதை உணர்த்தும் ஆதித் திருத்தலமாக விளங்குவது திருஅண்ணாமலை. திருஅண்ணாமலையாரை 14 கிமீ வலம் வந்தால் ஈரேழு 14 லோகங்களையும் சுற்றிய பலன் தரும் திருத்தலம் திருஅண்ணாமலை ஒன்றே ஆகும். இத்தனை சிறப்புவாய்ந்த திருஅண்ணாமலையில் கிரிவலம் வரும் இறை அடியார்களுக்கும், பக்தர்களுக்கும் மேலும் அங்குள்ள ஆதரவற்ற முதியோர்கள், உடல் ஊனமுற்றோர்கள், கண்பார்வையற்றோர்கள் ஆகிய அனைவருக்கும் பௌர்ணமி அன்று இரவு அன்னதானம் சிறப்பான முறையில் செய்யப்படுகிறது. இந்தப்புனித அன்னதான இறைபணியில் பங்குகொண்டு தாங்களும், தங்கள் சந்ததியினரும் எல்லாம்வல்ல ஸ்ரீ உண்ணாமுலை சமேத அண்ணாமலையாரின் அரும்பெரும் தெய்வீக அருளையும் பெற இது ஒரு சிறந்த வாய்ப்பாகும்.

தாங்கள் எதை நினைத்து அன்னதானம் செய்ய விரும்புகிறீர்கள் என்பதை தெரிவித்தால் அதன்படி நாங்கள் பௌர்ணமி அன்று அன்னதானம் செய்து பிரசாதத்துடன் ஸ்ரீ அருணாசலேஸ்வரர், ஸ்ரீ உண்ணாமுலையம்மன் படத்தையும் தங்களுக்கு அனுப்பி வைக்கிறோம்.

❖ பிறந்தநாள் ❖ திருமணநாள் ❖ முன்னோர்கள் திதி நாள் ❖ வாழ்க்கையில் உயர்வு ❖ தொழிலில் முன்னேற்றம் பெற ❖ நிரந்தர வேலை பெற ❖ கல்யாண பாக்கியம் பெற, நல்ல வரன் அமைய ❖ புத்திர/பிள்ளை பாக்கியம் பெற ❖ கணவன் - மனைவி இடையே ஒற்றுமை நிலவ ❖ கஷ்டங்களும், கடன்களும் எதிர்ப்பு இடையூறுகளும் நீங்க ❖ புதிய முயற்சிகளில் முன்னேற்றமும் வெற்றியும் உண்டாக ❖ புதிதாக தொழில் தொடங்க ❖ புதிதாக வீடு/ மனை பெற ❖ வாகன யோகம் பெற ❖ நல்ல சிந்தனை பெற ❖ சிந்தனை வளம் பெருக ❖ உடல் ஆரோக்கியம் பெற ❖ நீண்ட ஆயுள் பெற ❖ தெய்வசக்தியுடன் திகழ ❖ குடும்ப ஒற்றுமை பெற ❖ உலக ஒற்றுமை பெற ❖ சமுதாய ஒற்றுமை பெற ❖ தேச ஒற்றுமைபெற ❖ எல்லா உயிர்களும் இன்புற்று வாழவும்.

- தாங்கள் அளிக்கும் நன்கொடை எவ்வளவு சிறியதாக இருந்தாலும் அன்புடன் ஏற்றுக்கொள்ளப்படும்.
- ரூ.500/- அனுப்பும் ஆன்மீக அன்பர்களுக்கு, ஆன்மீகம் மாத இதழ் ஒரு ஆண்டிற்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.
- ரூ.1000/- அனுப்பும் ஆன்மீக அன்பர்களுக்கு, ஆன்மீகம் மாத இதழ் இரண்டு ஆண்டுகளுக்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.
- ரூ.5000/- அனுப்பும் ஆன்மீக அன்பர்களுக்கு, ஆன்மீகம் மாத இதழ் பத்து ஆண்டுகளுக்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.

அன்னதானத்திற்கு நன்கொடையாக ரூ.500, ரூ.1000, ரூ.5000 அனுப்பும் ஆன்மீக அன்பர்களுக்கு காசியில் பூஜிக்கப்பட்ட ஸ்ரீ அன்னபூரணி அன்னையின் விக்கிரகமும், ஸ்ரீ அருணாசலேஸ்வரரின் வண்ணப்படமும், சிறிய அளவில் சிவபுராண புத்தகமும் அனுப்பி வைக்கப்படும்.

★ ரூ.5000/- அனுப்பும் ஆன்மீக அன்பர்கள் சார்பாக, ஒவ்வொருமாதமும் பௌர்ணமி அன்று திருஅண்ணாமலையில் அன்னதானம் செய்து தொடர்ந்து பத்து ஆண்டுகளுக்கு பிரசாதமும் 'ஆன்மீகம்' மாத இதழும் தங்களுக்கு அனுப்பி வைக்கப்படும். மேலும் தாங்கள் விரும்பும்போது சந்ததியரின் முகவரிக்கும் மாற்றம் செய்து தருகிறோம். ஆன்மீக அன்பர்கள் ஒவ்வொருவரின் பூஜை அறையும் புனிதம் பெற வேண்டும் என்ற இறைசிந்தனையோடு ரூ.5000 செலுத்துபவர்களுக்கு 1024 பக்கங்களுடன் கூடிய பெரிய அளவில் உள்ள ஸ்ரீமத் பகவத்கீதை புத்தகத்தை (தமிழில்) அனுப்பி வைக்கிறோம்.

• நன்கொடை அனுப்பும் சிவநேசச்செல்வர்கள் (Aanmeeka Annadhana Charitable Trust Chennai - 4) என்ற பெயரில் Cheque /D.D/ M.O. மூலம் கீழ்க்கண்ட முகவரிக்கு அனுப்பி வைக்கவும். அன்னதான திருப்பணிகளை நலம்தரும் இறைபணி சேவைகளாக 'ஆன்மீக அன்னதான அறக்கட்டளை' ஆற்றிவர தங்களது ஒத்துழைப்பை என்றும் பேரன்புடன் வேண்டுகிறோம்.


ஸ்ரீ அருணாசலேஸ்வரர்

நன்கொடைகளுக்கு 80 G பிரிவின்படி வரிவிலக்கு உண்டு.

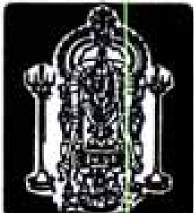
Cheque / D.D / M.O அனுப்ப வேண்டிய முகவரி :

ஆன்மீக அன்னதான அறக்கட்டளை

AANMEEKA ANNADHANA CHARITABLE TRUST (Regd.)

68, Nadu Street, (Opp. Sri Kapaleeswarar Temple) Mylapore, Chennai - 600 004.

Tel : 4959302 Fax : (044) 4616311 E - Mail: siva siva @vsnl.net


ஸ்ரீ உண்ணாமுலையம்மன்

வென்றார் இவர். ஜஸ்பால் ராணாவும், அஞ்சலி பகவத்தும் பதக்க வேட்டையில் முன்னிலை பெற்றுள்ளனர்.

புகழ்பெற்ற தாவரவியல் விஞ்ஞானி ஜகதீஷ் சந்திரபோஸ், தாவரங்களுக்குக் கேட்கும் சக்தி இருப்பதாகத் தெரிவித்தவர். ஹைதராபாத்தில் உள்ள கே.சி.பி. சர்க்கரை ஆலை நிறுனம் இதைப் பரிசோதித்துப் பார்த்து வெற்றி கண்டுள்ளது. ஆந்திர மாநிலம் கிருஷ்ணா மாவட்டத்தில் உள்ள உய்யூர் மற்றும் லட்சுமிபுரம் பகுதிகளில் அதிக அளவு கரும்பு பயிரிடப்படுகிறது.



• கவிதா கக்லா

இந்தப் பகுதிகளில் கரும்பு பயிரிடப்பட்ட சில நிலங்களில் இசையை ஒலிபரப்பி வந்திருக்கின்றனர். இசையைக் கேட்டு வளர்ந்த நிலங்களில் ஒரு ஏக்கருக்கு 6 முதல் 8 டன் கரும்பு வரை கூடுதலாக விளைந்துள்ளது. தினசரி இருவேளை அரைமணி நேரம் இசை ஒலிபரப்பப்பட்டு வந்தது. ஒவ்வொரு தாவரமும் ஒவ்வொரு இசையை விரும்பிக் கேட்கிறது. கரும்பைப் பொறுத்தவரை நாரசமான ஒலிகளைத்தான் விரும்பிக் கேட்கின்றனவாம்! இந்த இசையை மனிதனால் சகிக்க முடியாது என்று கூறுகின்றனர்.

கடந்த நூற்றாண்டின் சிறந்த இந்திய கிரிக்கெட் வீரராக கபில்தேவ் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டிருக்கிறார். அவருக்கு மிக உயரிய விஸ்டன் விருதும் அளிக்கப்பட்டிருக்கிறது. இந்தியாவிலிருந்து 16 பேர் இவ்விருதுக்குப் போட்டியிட்டனர். இறுதிச் சுற்றில் கவாஸ்கர், கபில்தேவ், சச்சின் டெண்டுல்கர் இருந்தனர். இந்தியாவுக்கு உலகக் கோப்பையைப் பெற்றுத் தந்த கபில்தேவ் நூற்றாண்டின் சிறந்த வீரராகத் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டார். கவாஸ்கர் தலைமையிலான இந்திய அணி சிறந்த அணியாகத் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டது. மக்கள் நாயகனாக சச்சின் டெண்டுல்கரும், கடந்த ஆண்டு வி.வி.எஸ். லக்ஷ்மண் அடித்த 281 டெஸ்ட் ரன்கள் சிறந்த ஆட்டமாகவும் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டன.



• கபில்தேவ்

இந்திய ரயில்வேயின் 150வது ஆண்டு விழாவை ஒட்டி சென்னை - திருவள்ளூர் இடையே ஆகஸ்ட் 4ந் தேதி நீராவி எஞ்சின் ரயில் இயக்கப்பட்டது. அன்று ஒரு நாள் மட்டும் ஒரே ஒருமுறை நீராவி எஞ்சின் ரயில் இயக்கப்பட்ட நிகழ்ச்சியில் ஏராளமான பொதுமக்களும், பள்ளி மாணவ, மாணவியரும் உற்சாகமாகக் கலந்து கொண்டனர். இந்த ரயிலில் தேசபக்திப் பாடல்கள், கலை நிகழ்ச்சிகள் நடத்தப்பட்டன. 600க்கும் மேற்பட்டோர் பயணம் செய்தனர்.



• அஞ்சலி பகவத்

• அஞ்சு பாபி ஜார்ஜ்

உலகிலேயே முதன் முதலாக காந்த ஈர்ப்பு சக்தியில் ஓடும் அதிவேக ரயிலை சீனா வாங்குகிறது. மணிக்கு 430 கி.மீ. வேகத்தில் பறக்கும் இந்த ரயில் ஜெர்மன் நாட்டில் தயாரிக்கப்

பட்டது. காந்த சக்தியால் ஓடும் இந்த ரயில் வேகம் எடுத்து ஓடும் போது தண்டவாளத்தை விட்டுச் சற்று உயரே எழும்பி அந்தரத்தில் ஓடும். 100 டன் எடையே கொண்ட இந்த ரயிலுக்கு டிரைவர் கிடையாது. இது முன்னும் பின்னும் செல்லக்கூடியது. 30 கி.மீ. தூரத்தை 8 நிமிடங்களில் கடந்து விடும். அடுத்த ஆண்டு ஜனவரி மாதம் ஷாங்காய் நகரில் இருந்து அதன் சர்வதேச விமான நிலையம் வரை வெள்ளோட்டம் விடப்படுகிறது. பின்னர் பொது மக்களின் உபயோகத்திற்கு இது விடப்படவுள்ளது.



• ஜகதீஸ் தம்பதி

❑ யுனெஸ்கோ நிறுவனத்திடமிருந்து இந்த ஆண்டு கல்வி மூலம் அமைதியை போதித்தமைக்காக $30,000 பரிசை பெற்றிருக்கிறார்கள் ஜகதீஸ் மற்றும் பாரதி காந்தி தம்பதி. தாங்கள் நடத்தும் மான்டெஸ்ரி பள்ளியில் அமைதி, சமாதானம், சகோதரத்துவம் முதலியவற்றை போதித்தமைக்காக பரிசு! இவ் விருதை பெறும் மூன்றாவது இந்தியர்கள் இவர்கள். இதற்கு முன் பெற்றவர்கள் ஜெனரல் இந்திரஜித் ரிக்கே மற்றும் அன்னை தெரசா.

❑ மனிதகுலத்திற்கு எதிராக விளங்கும் தீவிரவாதம் முற்றிலும் ஒழிக்கப்பட வேண்டும்; காஷ்மீர் மாநிலம் இந்தியாவின் ஒருங்கிணைந்த பகுதி, அது தொடர்ந்து இந்தியாவுடன்தான் இருக்கும்; சமூக நல்லிணக்கத்தையும்; ஒற்றுமையையும் பாதுகாக்க வேண்டிய பொறுப்பு அனைவருக்கும் உள்ளது; ஊழலை ஒருபோதும் சகித்துக் கொள்ள முடியாது; குற்றவாளிகள் அரசியலில் ஈடுபடுவதும், அதிகாரத்திற்கு வருவதும் தடுக்கப்பட வேண்டும் என்று பிரதமர் வாஜ்பாய் 55வது சுதந்திர தினத்தன்று கூறியிருக்கிறார்.

❑ அமெரிக்க வாழ் இந்தியரான கவிதா சுக்லா (வயது 17தான்) புதிய தொழில்நுட்பத்திற்காக இன்வென்ஷன் அப்ரென்டிஷிப் பரிசை பெற்றிருக்கிறார். உணவுப் பொருட்களை சுற்றும் காகிதத்தை (பிளாஸ்டிக், அலுமினியம் இல்லாமல்) வடிவமைத்திருக்கிறார். ஆண்ட்டி பாக்டீரியா தன்மையோடு, உணவைக் கெட்டுப் போகாமல் தடுக்கும் ஃபெனுகிரீக் என்ற வகையைக் கண்டறிந்திருக்கிறார். இதற்கான பேடண்ட்டையும் அமெரிக்க அரசாங்கம் தந்துள்ளது.

❑ அபூர்வா புரோஹித் என்ற பெண்மணி ஜீ டீவியின் புதிய பிரெசிடெண்டாக நியமிக்கப்பட்டுள்ளார். முப்பத்தி ஐந்து வயதான அபூர்வாவிற்கு டெலிவிஷன் மீடியா புதிது. சவாலான விஷயங்களை எதிர்கொள்வது ரொம்பப் பிடிக்கும் என்பதால் ஒத்துக் கொண்டிருக்கிறார். ஜீ டீவியின் முதல் பெண் பிரெசிடெண்ட்.

• அபூர்வா



❑ நம்ம ஊர் கர்நாடக சங்கீதத்தையும், பாப் இசையையும் இணைத்தால் எப்படி இருக்கும்? இதற்கான விடையை இசையோடு இணைத்து சுசிலா ராமன் வெளிப்படுத்த... அவருக்குக் கிடைத்தது BBC 3ன் வேர்ல்டு மியூசிக் அவார்டு 2001. அவரது இசையின் பல்லவியில் தமிழும் இங்கிலீஷும் கலந்து வர... (தலைப்பு : சால்ட் ரெயின்) இசை மழையில் நனைந்துதான் போனார்கள்.

தொகுப்பு :
ஆர். சுந்தரவல்லி

சேயே தாயாக..



என்னுடைய ஒரே மகளைத் தொழில் நிமித்தமாக பிறந்து மூன்று மாதங்கள் ஆனவுடனே என் தாயிடமே விட்டுச் சென்று விட்டேன் இன்று வரை. எப்பொழுதுமே அது ஒரு உறுத்தலாகவே இருக்கும் எனக்கு. என் மீது பாசமுடன் இருப்பாளோ என்று. அந்தக் கவலையை நிவர்த்தி செய்தது 2 ஆண்டுகளுக்கு முன் நடந்த இந்தச் சம்பவம். "தாயைக் கண்டேன் என் சேயில்."

எனக்கு மூக்கில் சதை வளர்ந்ததன் காரணமாக ஆபரேஷன் செய்ய வேண்டி இருந்தது. என் மகள், "அம்மா மே மாதம் பரீட்சை விடுமுறையில் செய்து கொள்ளுங்கள். அப்பொழுதுதான் நான் உங்களைக் கூடவே இருந்து கவனித்துக் கொள்ள முடியும்" என்றாள்.



மே மாதம் ஆரேஷன். இரவு 10 மணிக்கு முடிந்தது. விடிய விடிய இரத்த வாந்திதான். என்னுடைய மகள்தான் கோப்பையில் வாங்கி வாங்கிக் கொட்டி விட்டு வாயைக் கழுவி விட்டுக் கொண்டே இருந்தது அரை மயக்கத்தில் இருந்தாலும் எனக்கு நன்கு தெரிந்தது. என்னுடைய தாயையோ கணவரையோ நெருங்க விடவில்லை அவள். இரவு முழுவதும் தூங்கவும் இல்லை அவள்.

மருத்துவமனையில் இருந்த 2 நாட்களும் எனக்குக் குளித்து விட்டு, சாப்பாடு கொடுத்து, மாத்திரை கொடுத்து கூடவே இருந்து நன்கு கவனித்ததை இன்று நினைத்தாலும் கண்கள் பனிக்கும். ஏனென்றால் அப்போது என்னுடைய மகளுக்கு வயது பத்தே பத்துதான்! வகுப்பில் எப்பொழுதும் முதல் மதிப்பெண் பெற்று ஆசிரியைகள் என்னிடம் புகழும் போதும் கர்நாடக இசையை எங்கள் சங்கக் கூட்டங்களில் பாடிப் பரிசு பெறும் போதும் என்னுடைய மகளின் இந்த மனிதநேயமே மிகச் சிறந்த பொக்கிஷமாகத் தோணும் எனக்கு!

— நளினி ஜெயபால்

சொல்ல விரும்புகிறோம்!

வார்த்தையிலேயே கம்பீரம்!

ஒரு இந்தியனாக இருப்பதில் பெருமிதம் உள்ளதா? என்ற கேள்விக்கு விடையாக கல்லூரி மாணவ, மாணவிகள் கூறிய கருத்துகள் அற்புதம். குறிப்பாக இந்தியப் பெற்றோர்களுக்கு மகளாக, இந்தியராகப் பிறந்திருப்பது பெருமை அளிக்கிறது என்று கூறிய அந்த வார்த்தையிலேயே, ஒரு கம்பீரம் உள்ளது.

ஆழ்வார்திருநகர், இந்திரா பிரகாஷ்.

உடல் எடையைக் குறைப்பது பற்றிய 5 பக்க கட்டுரை, பெண்களுக்கு மட்டுமல்ல, ஆண்களுக்கும் பயன்படக்கூடியது. 'இரண்டு நாளில் குறையும் 4 பவுண்டு' என்று ஹைதர் அலி காலத்து பாணியில் கூறாமல், கிலோ கணக்கில் கூறியிருக்கலாமே. அட்டவணையில் குறிப்பிட்ட 12 பொருட்களின் பயன்பாடு மிகவும் அவசியமாக அறிய வேண்டிய சங்கதி.

சென்னை - 30, கே. தெய்வசிகாமணி.

'ஒரஷ்ட் என்ன ஆகும்?' தத்துவம் வாழ்க்கைக்கு மிகவும் உபயோகமானது. பிரச்னை, டென்ஷன், அவசரம் என்று வந்தால் சாதாரண விஷயங்கள் கூட மறந்து போய் விடும் என்பது எவ்வளவு உண்மை! 'அவசரத்தில் அண்டாவில் கூட கை நுழையாது' என்று சும்மாவா சொன்னார்கள்! 'ஒரஷ்ட் என்ன ஆகும்' என்பதற்கு 'மிஞ்சி மிஞ்சிப் போனால் என்ன ஆகும்' என்பதுதானே அர்த்தம். அதைச் சற்று விளக்கியிருக்கலாம் தர்மேசுவரன் அவர்கள்.

நங்கநல்லூர், கே. சங்கரன்.

அடிக்கடி கோபப்படும் எனக்கு, ஏன் என் போல் கோபப்படும் அனைவருக்குமே மாதா அம்ருதா நந்தமயி கூறிய அறிவுரை மிக, மிக பயனுள்ளதாக மட்டுமல்ல, நடைமுறையில் பயன்படுத்த சுலபமாகவும் இருக்கிறது.

சென்னை - 28, அசநல்லிகுப்பம் சுப்ரமணி.

'ஒவ்வொரு பிரச்னையும் ஒரு வாய்ப்பு' பிரபலங்களின் கருத்துகள், நம் நாட்டு மக்கள் மீது அவர்கள் கொண்ட பாசத்தையும், நாடு இன்று போய்க் கொண்டிருக்கும் நிலைகுறித்து அவர்கள் மனவேதனையையும் துல்லியமாகக் காட்டியது. 'புத்திசாலியான மலையாளிகள் கேரளத்தில் வசிப்பதில்லை. கம்ப்யூட்டர் தொழிலில் சிறந்த இந்திய இன்ஜீனியர்கள் யாருமே இந்தியாவில் இல்லை. இந்திய ஜனநாயகம் அதிகாரிகளினால் அதிகாரிகளுக்காக அதிகாரத்தைக் காப்பாற்ற மக்களின் வரிப் பணம் செலவழிக்கப்படுகிறது' என்ற வரிகள் மனதை ரணப்படுத்தின.

சீர்காழி, ஆர். கவிதா.

வசந்தி ராஜேஸ்வரன் எழுதிய 'பாவம், மீனாட்சி பக்தர்கள்' படித்தேன். சமீபத்தில் மீனாட்சி அம்மனைத் தரிசிக்கச் சென்ற நானும் இப்படித்தான் நினைத்தேன். நான் நினைத்ததை அப்படியே எழுதியிருக்கும் சகோதரிக்கு நன்றி.

மடிப்பாக்கம், நித்யா சங்கரி.

ஃப்ரோசன் ஷோல்டர்' பற்றி டாக்டர் ஜெயலக்ஷ்மி, நன்றாக விளக்கம் கொடுத்திருக்கிறார். வலியினால் அவதிப்படும் நானும் மருந்தும் சாப்பிடுகிறேன். பயிற்சிகளும் செய்கிறேன். இன்னும் வலி குறைய, டாக்டர் சொன்ன 'அக்குபிரஷர்' முறையை செய்ய ஆரம்பித்திருக்கிறேன்.

சென்னை - 91, கோமதி முத்துகிருஷ்ணன்.

கணவரைச் சில மாதங்கள் பிரிந்து வாழ்ந்தாலே பெரிதாகக் கவலைப்பட்டுக் கொண்டு இருக்கும் நம்முடன்... வருடக்கணக்கில் கணவரைப் பிரிந்து வாழ்ந்தும், நம்பிக்கையை இழக்காமல், மனோதிடத்துடனும், குடும்பத்தைத் தனி ஆளாக நிர்வகிக்கும் திறமையுடனும் இராணுவ வீரர்களின் மனைவிமார்கள் இருக்கிறார்கள் என்று நினைக்கும் போது மிகவும் பெருமையாக இருக்கிறது!

திருச்சி - 2, உமா சுந்தர்.

'கார்ரிஸ்மெல்' கட்டுரை மிகவும் நன்றாக இருந்தது. அதில் ஒரு உதிரி செய்தியை நான் சொல்ல ஆசைப்படுகிறேன். யு.எஸ்.ஏ.வில் என் மகள் வீடு விற்கும்போது நிறைய அனுபவம் எனக்குக் கிடைத்தது. அந்த ஊரில் வீடு விற்க தாமதமானால் 'bake a Bread' என்று அமெரிக்கர்கள் பரிந்துரைப்பார்கள். காரணம் அந்த பிரெட் வாசனைக்கு வீடு சீக்கிரம் விற்க முடியும் என்ற நம்பிக்கை.

சென்னை - 28, ராஜம் சுவாமிநாதன்.

மடியில் குழந்தையோடு மேடையில்...





இந்த ஆண்டு ஜனவரி மாதம் தஞ்சாவூரில் என் பெற்றோர்களுடன் இருந்தேன். என் அம்மா சியாமளா ரங்கராஜன், தஞ்சையில் கர்நாடக இசை கற்பித்து வருகிறார். என் இரண்டு வயது மகன் ப்ரீத்விக்கு இசையில் கொள்ளை ஆசை. மிகுந்த துறுதுறுப்பும், எப்போதும் விஷமமாக இருக்கும் அவனை அமைதியாகச் சற்று நேரம் வைத்திருக்க வேண்டுமானால் விஸ்தாரமாக ஒரு கீர்த்தனையைப் பாடினாலே போதும். அவனைத் தூங்க வைப்பதற்கும், அவனுக்கு விருப்பமான பாட்டுகளைப் பாடியாக வேண்டும். கல்யாணம் போன்ற விசேஷங்களுக்கு நாங்கள் சென்றால், கூட்டத்தைப் பார்த்து அழுது அடம்பிடிப்பானோ குழந்தை என்ற கவலையே வேண்டாம். நாகஸ்வர வித்வானுக்கு முன்னால் உட்கார்ந்து அமைதியாக இசையைக் கேட்டுக் கொண்டிருப்பான்.

இந்த முறை தஞ்சையில் இருந்த போது சத்குரு தியாக ப்ரம்மத்தின் ஆராதனை விழா திருவையாற்றில் நடைபெற்றுக் கொண்டிருந்தது. என் அம்மா ஒவ்வொரு ஆண்டும் ஆராதனை விழாவில் கலந்து கொண்டு பாடுவார். இந்த ஆண்டும் அதுபோல பாடுவதற்கு பிப்ரவரி 1ம் தேதி அவருக்கு நேரம் ஒதுக்கியிருந்தார்கள். சங்கீதத்தில் பயிற்சி பெற்றிருக்கும் நானும் அந்த விழாவில் பாட விரும்பினேன். திருச்சியிலிருந்து, 76 வயதான எனது பாட்டியும் ஆராதனையில் பாட விரும்பி வந்திருந்தார். நாங்கள் மூவரும், கொடுக்கப்பட்டிருந்த 10 நிமிஷத்தில் இரண்டு கீர்த்தனைகளை ஒன்றாகச் சேர்ந்து பாட முடிவு செய்து, 4, 5 நாட்களாக வீட்டில் நன்கு ஒத்திகை



பார்த்தோம். ஒத்திகையின் போது எங்கள் கூடவே இருந்ததால் ப்ரீத்விக்கும் அந்தக் கீர்த்தனைகள் பாடமாகி விட்டது. அவனும் எங்களுடன் சேர்ந்து பாடுவான்.

பாட வேண்டிய தினத்தன்று அதிகாலை முதலே சரியான மழை விடாமல் பெய்து கொண்டிருந்தது. மிகக் கஷ்டப்பட்டு திருவையாறு சென்றடைந்தோம். ஆராதனை விழா நடக்கும் இடமே ஏரி மாதிரியாகி விட்டது. பந்தல் போடப்பட்டாலும் எந்தப் பலனும் இல்லாமல், அங்கும் மழைநீர் அருவியாகக் கொட்டிக் கொண்டிருந்தது. அந்த மழையிலும் குடைபிடித்துக் கொண்டு நூற்றுக்கணக்கான ரசிகர்கள் நின்று கொண்டே இசையை ரசித்துக் கொண்டிருந்தனர். ப்ரீத்வியை வீட்டில் விட்டுச் செல்ல முடியாத நிலை. அதனால் அவனையும் எடுத்துக் கொண்டு சென்றிருந்தோம். குழந்தை மழையில் நனைந்து விடக் கூடாதே என்ற கவலை வேறு.

நாங்கள் பாட வேண்டிய நேரம் வந்தது. மேடைக்கு அருகில் இருந்த நண்பர் ஒருவரிடம் குழந்தையை ஒப்படைத்து விட்டு நாங்கள் மேடையில் அமர்ந்து பாட ஆரம்பித்தோம். தனக்குத் தெரிந்த பாடலைக் கேட்ட குழந்தை நண்பரின் பிடியிலிருந்து நழுவி ஓடி வந்து என் அம்மாவின் மடியில் உட்கார்ந்து விட்டான். நாங்கள் சற்றுப் பயந்து விட்டோம். குழந்தை மேடையில் ஏதாவது ரகளை செய்து விடுவானோ என்று. ஆனால் குழந்தையோ மிகவும் அமைதியாக இருந்து, எங்களுடன் சேர்ந்து அவனும் கீர்த்தனைகளைப் பாடினான்.

நான்கு தலைமுறைகளைச் சேர்ந்த எங்களின் கீர்த்தனாஞ்சலி மகான் தியாகராஜரை மகிழவைத்திருக்கும் என்று நம்புகிறேன்

— ஆர். ப்ரியா



மெனோபாஸ்? கவனியுங்கள்

'மெனோபாஸ் என்பது ஒவ்வொரு பெண்ணும் மனவலிமையோடு கடந்து வர வேண்டிய விஷயம். இரவு வியர்ப்பது, உடம்பில் அடிக்கடி சூடான காற்று, தூக்கமின்மை, ஹார்மோன் குறைவு, மன அழுத்தம், இதயக் கோளாறு மற்றும் ஆஸ்டியோபோரோஸிஸ் என்று பலவித தொந்திரவுகளைப் பெண்கள் அந்த நேரத்தில் சந்திக்க வேண்டி உள்ளது.

இதற்காகத் தற்போது ஹார்மோன் தெரபி எடுத்துக் கொண்டாலும் கூட தினமும் உடற்பயிற்சி செய்வதன் மூலம் மெனோபாஸ் கஷ்டங்களைத் தவிர்க்க முடியும் என்று ரீபோக் சான்றிதழ் பெற்றிருக்கும் உடற்பயிற்சி நிபுணர் தினாஸ் வெர்வட்வாலா கூறுகிறார். இவர் மருத்துவர் இல்லையென்றாலும் பயிற்சி மூலம் மெனோபாஸ் சமயத்தில் என்னென்ன நன்மைகள் விளையும் என்பதைப் பற்றிச் சிறந்த ஆராய்ச்சிகள் மேற்கொண்டவர்.

சுமார் 85 சதவீதப் பெண்கள் உடல்சூடு, அதிகரிக்கும் இதயத் துடிப்பு மற்றும் இரவு நேரம் வியர்ப்பது போன்ற தொல்லைகளை மெனோபாஸ் வருவதற்கு முன் அனுபவிக்கிறார்கள். இவையெல்லாம் ஏரோபிக்ஸ் பயிற்சிகள் மூலம் பாதி அளவு குறைய வாய்ப்புண்டு. தூக்கமின்மை மற்றும் இரவில் வியர்ப்பது பெருமளவு குறையும். அது மட்டுமல்லாமல் பயிற்சி மன அழுத்தத்தைக் குறைக்கிறது. மனோரீதியாக நம்மைப் பற்றிய ஓர் உயர்வான எண்ணம், குறைந்த அளவு அசதி, உடல்பலம் அதிகரித்தல் மற்றும் மகிழ்ச்சிகரமான உணர்வு போன்றவை உடற்பயிற்சி செய்வது மூலம் ஏற்படும்.

35 வயதிற்கு மேல் 5 லிருந்து 6 கிலோ எடை கூடுவது பெண்களிடையே அதிகமாகிறது. அது மட்டுமல்ல 35 லிருந்து 40 வயதிற்குள் பெண்கள் தங்கள் உடம்பில் சுமார் அரை கிலோவிலிருந்து 1 கிலோ கிராம் வரையில் தசைகளுக்குப் பதிலாக கொழுப்புச் சத்தைப் பெறுகிறார்கள். இது ஒவ்வொரு வருடமும் கூடுகிறது.

பயிற்சிகளில் பளு தூக்குவது, டம்பெல்ஸ் கையாளுவது போன்றவை தசைகளை வலுப்படுத்த உதவும். மேலும் இம்மாதிரி பயிற்சிகள் மூலம்

கலோரிகள் எரிக்கப்படுவதால் எடை குறைய வாய்ப்பு ஏற்படும். அசதி மற்றும் சிறுநீர் கட்டுப்பாடின்மை, அடிக்கடி சிறுநீர் கழித்தல் போன்ற தொந்திரவுகள் மெனோ பாஸ் சமயத்தில் ஏற்படும். இவற்றையும் பயிற்சி மூலம் கட்டுப்படுத்த முடியும். அது மட்டுமல்ல இதய சம்பந்தப்பட்ட கோளாறு கள் மற்றும் எலும்புத் தேய்வு போன்ற நோயும் தவிர்க்கப்படும்.

மெனோபாஸ் சமயத்தில் ஈஸ்ட்ரோஜன் குறைவதால், கொலஸ்டிரால் அளவு ஏறும். இதனால் இதயத்திற்கு ஆபத்து. ஆனால் தினப் பயிற்சி மூலம் HDL எனப்படும் நல்ல கொலஸ்டிரால் அதிகரிக்கப்படும். இதனால் இதய நோய் வராமல் தடுக்க முடியும். மேலும் ஈஸ்ட்ரோஜன் குறைவினால் எலும்பு கள் தேய்மானம் மற்றும் உடைதல் ஏற்படு தலால் கீழே விழுந்து அடிபட்டால் மிகவும் அபாயம். பயிற்சி செய்வது மற்றும் கால்சியம் எடுத்துக் கொள்வது என இரண்டும் சேர்ந் தால் 75 லிருந்து 80 வயதுப் பெண்களுக்குக் கூட எலும்புகள் வலுவடைந்து எலும்பு முறிவு மற்றும் எலும்பு உடைதல் போன்ற வற்றையும் தடுக்க முடியும்.

நடப்பது, ஜாகிங், படி ஏறுதல், நடனம் ஆடுவது மற்றும் டென்னிஸ் விளையாடுவது போன்ற பயிற்சிகள் உடல் எலும்புகளுக்குப் பலம் தரக்கூடியது என்று தினாஸ் கூறு கிறார். மெனோபாஸ் சமயத்தில் யோகா செய்வது மிகவும் சிறந்தது. மனோரீதியாக உடல் மற்றும் தசைகளை நல்ல நிலையில் வைத்துக் கொள்ள சிறந்தது. இதய நோய் மற்றும் ஆஸ்டியோபோரோஸிஸைத் தடுக் கும் உடற்பயிற்சியைத் தினமும் மேற் கொள்ளுதல் நலம். இதனால் வயது ஆன பின் கூட ஆரோக்கியம் கூடும்.

அமெரிக்காவில் 38 சதவீதம் பெண்கள் உடற்பயிற்சி செய்கிறார்கள். ஆனால் இந்தியாவில் தங்கள் நடுவயதில் கூட பயிற்சி முக்கியம் என்பதை நினைப்பது கூட இல்லை என்று ஆய்வு கூறுவது வருத்தப்பட வேண்டிய விஷயம் என்று கூறும் தினாஸ் நாம் பயிற்சிகளை எப்படி ஆரம்பித்துத் தொடர வேண்டும் என்பதற்குச் சில டிப்ஸ் கொடுத்துள்ளார்.

1. பயிற்சி என்பது ஓடுதல், நடத்தல், உங்கள் மனதிற்குப் பிடித்த பாட்டிற்கு நாட்டியம் ஆடுதல், யோகா, நீச்சல், சைக்கிள் விடுதல் போன்ற எதுவானாலும் ஒரு வாரத் திற்கு இரண்டு அல்லது மூன்று தடவை தொடர்ந்து 30 நிமிடங்கள் செய்ய வேண்டும்.

2. தேகப்பயிற்சி சிறிது சிறிதாக ஆரம் பிக்க வேண்டும்.

3. ஆரம்ப நிலையில் இருப்பவர்கள் மற்றும் உடல்நிலை சரியில்லாத நிலையில் இருப்பவர்கள் 3 தடவை ஒரு நாளைக்குப் பத்து நிமிடம் பயிற்சி செய்யலாம். அதற்குக் குறைந்தால் நொண்டிச் சமாதானம்தான்.

4. உங்களுக்குச் சோர்வு ஏற்படும் வரை யில் பயிற்சியைத் தொடருங்கள்.

5. நீங்கள் பயிற்சி செய்து கொண்டிருக் கும் போது பேச முடிகிறதா என்பதைக் கவ னியுங்கள்.

6. ஒரு மணி நேர உடற்பயிற்சி முக்கிய மல்ல. மற்ற 23 மணி நேரங்களில் நீங்கள் சுறுசுறுப்பாக இயங்க முடிகிறதா என்பது தான் மிக முக்கியம்.

7 உடற்பயிற்சி என்பது நிதானமாக ஆரம் பித்து முடியும் தறுவாயில் உடல் கதகதப்பும், குளிர்ச்சியும் ஏற்படும்படியாக இருக்க வேண் டும்.

8. நீங்கள் வேண்டிய அளவு பயிற்சி செய்து விட்டீர்கள் என்று எண்ணக் கூடாது. நான்கிலிருந்து ஆறு வாரத்தில் நீங்கள் அப்படி நினைக்கும் பட்சத்தில் நிறுத்தி விட வாய்ப்புண்டு. நிதானமாகத் தொடர்ந்து செய்வதில்தான் பலன் தெரி யும்.

— இந்திராகோபாலன்

நாங்கள் வளையல் வாங்கிய போது விரல் மூட்டுகள் தடுத்தன. அப்போது வளையல்காரர் ஒரு மெல்லிய பாலிதீன் கவரை 'க்ளவுஸ்' மாதிரி என் கையில் மாட்டினார். நொடியில் சர்வ சாதாரண மாய் உள்ளே சென்றது வளையல்.

- மங்களா சாய்ராம்.





லக்ஷத்தில் ஒரு கல்யாணம்!

பத்திரிகை, மாலை, புஷ்பங்கள், வாத்தியம், தாம்பூல பை, பக்ஷண பாக்கட்டுகள், வ்ரத பக்ஷணங்கள், போட்டோ, வீடியோ, மைக்செட்டு, தேவையான மெனுவுடன் சாப்பாடு + டிபன் 1000 பேருக்கு, நிச்சயதார்த்த பழவகைகள், மினரல்வாட்டர், வாட்டர் கூலர், ஐஸ்க்ரீம், காபி, பால், டீ, பெயர் பலகை, எண்ணைக்குடம்-காசியாத்திரை-பிடிசுத்து- (கட்டுசாத-வைதீக ஆகிய அனைத்திற்கும்) பித்தளை, எவர்சில்வர் பாத்திரங்கள் மற்றும் அனைத்து சாமான்கள். (ஸ்ரீவைஷ்ணவ கேந்த்ர வாடிக்கையாளர்களுக்கு வாத்தியார் ஸம்பாவனை உட்பட) என மண்டபம் தவிர அனைத்தும் ரூபாய் ஒரு லக்ஷம் மட்டும். மேலதிக கட்டணம் செலுத்தி சிறப்பு ஏற்பாடுகளை செய்து கொள்ளலாம். நிறுவன பரிசாக டிஜிட்டல் கேமிராவில் (100 படம் வரை) எடுத்து சி.டி.யில் போட்டுத் தரப்படும். மிகக்குறைந்த கட்டணத்தில் வெப்கேஸ்டிங் செய்து தரப்படும்.

Tel: 371 6979, 489 8123
Cell: 98402 - 02026
Visit: www.ahobilam.com
All about Vaideekam,Sastram
76,K.R.Koil St, W.Mambalam Ch-33



FREE Matrimonial at:
www.ahobilam.com/matrimonial
Email: in@ahobilam.com
(Get reply with in 24 Hrs for Vaideeka, Sastra doubts)



காபி, டிபன், சைவ உணவுடன் சுற்றுலாக்கள்

காசி - கல்கத்தா - அமிர்தசரஸ் - ஜெய்ப்பூர்

◆ பூரி-கோனார்க் - புவனேஸ்வர் - கல்கத்தா - கயா - காசி - திரிவேணி - **26.9.2002** மற்றும் **29.10.2002** மற்றும் **1.12.2002** முதல் 15 நாட்கள் **3 TIER** ரயில் ரயில் ரூ. **3990.** இத்துடன் - ஹரித்துவார் - ரிஷிகேசம் - அமிர்தசரஸ் - வாகா - டெல்லி - ஆக்ரா - மதுரா - ஜெய்ப்பூர் பார்த்து வர (மொத்தம் **18** நாட்கள்) ரூ. **5990.**

ANDAMAN ISLANDS சுற்றுலா: **20.9.02** மற்றும் **22.11.02** முதல் **10** நாட்கள் போக, வர ஏ/சி. பங்க் கிளாஸ் கப்பல், ஊர் சுற்றிப் பார்க்கும் செலவு, அந்தமானில் சைவ உணவு, தங்கும் அறை (DOUBLE BED ROOM) செலவு உள்பட ரூ.**7990.**

காசி - கல்கத்தா - கேதார்நாத் - பத்ரிநாத்

◆ **26.9.02** முதல் **20** நாட்கள் ரயில் மற்றும் பஸ் ரூ. **7990.**

◆ MUMBAI - SHIRDI - GOA. பம்பாய் - திரியம்பகேசுவரம் - நாசிக் - தபோவனம் - ஷீரடி - **22.9.02** மற்றும் **25.12.92** நாசிக் - தபோவனம் - ஷீரடி - **22.9.02** மற்றும் **25.12.02** முதல் **8** நாட்கள். ரயில் மற்றும் பஸ் சுற்றுலா ரூ. **2990.** இத்துடன் கோவா பார்த்து வர (மொத்தம் **10** நாட்கள்) ரூ. **3990.**

◆ ANDHRA - திருப்பதி - சுருட்டபள்ளி - நாராயணவனம் - ஸ்ரீகாளஹஸ்தி - தண்டகாருண்யம் - அகோபிலம் - மகாநந்தி - நடுகைலாயமலை - ஸ்ரீசைலம் - மந்த்ராலயம் - புட்டபர்த்தி - வள்ளிமலை. **12.9.02** மற்றும் **4.10.02** முதல் **8** நாட்கள் டீலக்ஸ் பஸ் ரூ. **1990.**

◆ KARNATAKA - தென்பண்டரிபுரம் - தென்திருமலை - மைசூர் - சுப்ரமண்யா - தர்மஸ்தலம் - கட்டீல் - உடுப்பி - ஸ்ரீமூகாம்பிகை - தென்கைலாயமலை - சிருங்கேரி பேலூர் ஹலபேடு - சரவணபெலகுலா - பெங்களூர் - **20.9.02** மற்றும் **25.12.02** முதல் **8** நாட்கள் டீலக்ஸ் பஸ் ரூ. **1990.**

◆ KERALA - மலைநாட்டுத் திருப்பதிகள் - குருவாயூர் - பாண்டியநாட்டு திருப்பதிகள் **18.10.02** மற்றும் **1.12.02** முதல் **8** நாட்கள் டீலக்ஸ் பஸ் ரூ. **1990.**

குமரன் டிராவல்ஸ்

20, வடக்கு சித்திரை வீதி, மதுரை- 625001. போன்: 621519.

கிளை: P.V.T.ஷாப்பிங் காம்ப்ளக்ஸ், 22, ரெங்கநாதன் தெரு, (முருகன் டெக்ஸ்டைல்ஸ் எதிரில்) 600 017. போன்: 4323105 & 4342789



திருமணமாகி புக்ககம் வரும்போது அம்மா ஜமுனாவிற்கு வயது 26. நான் கூறுவது சுமார் நாற்பது வருடங்களுக்கு முன்னால். கோயம்புத்தூரில் பிரபலமான தாத்தாவிற்கு இரண்டு பெண்கள். இளையவர் ஜமுனா...

வீட்டில் சகல சௌகரியம்... தாத்தா கர்னல்... பெரிய வீடு... தோட்டம்... பட்லர்... பார்ட்டிகள்... யூனிஃபார்ம் அணிந்த கார் டிரைவர்.

நிர்மலா கல்லூரியில் எம்.எஸ்ஸி., முடித்து விட்டு அங்கேயே விரிவுரையாளராகச் சேர்ந்த ஜமுனா, அப்போதைய மிகப் பிரபலமான கண் மருத்துவர் டாக்டர் துரைசாமியின் வீட்டிற்கு முதல் மருமகளாகக் காலடி எடுத்து வைத்தார்.

மதுரை ஆகிய ஊர்களுக்கு அவ்வப்போது டிரான்ஸ்ஃபர்.

கணவரும், மாமனாரும் கொடுத்த உந்துதலால், டி.ஓ. எனப்படும் கண் மருத்துவப் படிப்பைப் படிக்க ஆரம்பித்து வெற்றி கண்டு, பிறகு கூடவே எம்.எஸ். பட்டமும் பெற்றார்.

நினைத்துப் பாருங்கள்... வயது நாற்பதை நெருங்க, குடும்பத்தில் மூத்த மருமகளின் கடமைகள் நெருக்க, அவ்வப்போது நாத்தனார்களின் திருமணம், பிரசவம்... கூடவே ஜி.எச்.சில் வேலை.. கால் ட்யூட்டி முழு நேர இரவுப் பணி போன்றவை...

அரசாங்க மருத்துவமனையிலிருந்து வேலை

'அம்மா'வைப் பெருமைப்படுத்துவேன்!



ஒன்பது குழந்தைகள் கொண்ட பெரிய குடும்பம்... மிகச் செல்லமான ஜமுனா தன்னை இயல்பாக பொருத்திக் கொண்டார்.

மகா சூட்டிகையுடனும், துடிப்புடனும் புத்திசாலித்தனத்துடனும் இருந்த ஜமுனாவை டாக்டர் துரைசாமி சடாரென முடிவு செய்த தினுசில் சென்னை மருத்துவக் கல்லூரியில் எம்.பி.பி.எஸ். பட்டப் படிப்பில் சேர்த்தது ஜமுனாவின் வாழ்வில் ஏற்பட்ட மிகப் பெரிய திருப்புமுனை.

28 வயது ஜமுனா எம்.பி.பி.எஸ். பட்டப் படிப்பு முடியும் வரை குழந்தை பிறப்பை ஒத்திப் போட்டார். எம்.பி.பி.எஸ். முடித்தவுடன் குழந்தையும் பிறந்தது. அரசாங்க மருத்துவமனையில் வேலையும் கிடைத்தது. கூடவே தஞ்சை,

முடிந்து வீட்டிற்கு வந்தால் டாக்டர் ஜமுனாவே பார்க்க வேண்டும் என்று பிடிவாதமாக அமர்ந்திருக்கும் கண் நோயாளிகள் கூட்டம்...

முகத்தைச் சற்றும் சுளிக்காது, இனிமை சொல் மாறாது அத்தனை பேரையும் சமாளிக்கும் தினுசை வார்த்தைகளில வர்ணிக்க இயலாது...

எல்லாவற்றையும் விட இங்கே நான் கண்டிப்பாக ஒன்றைத் தெரியப்படுத்த வேண்டும்...

தனது வாரிசு கண் மருத்துவப் பட்டப் படிப்பு முடித்து விட்டு வந்தவுடன், தங்களுக்குள் ஜெனரேஷன் கேப் வரக்கூடாது என்று நினைத்தாரோ, இல்லை ஈகோ க்ளாஷ் வரக்கூடாது என்று

நினைத்தாரோ தெரியவில்லை... போதும் எனது பணி என்று தீர்மானித்த நொடியில் சட்டென்று ஒதுங்கிக் கொண்டு விட்டார்.

இன்று அருமையாகப் பேரன் பேத்திகளுடன் தன் இளவயதில் தன் குழந்தையைக் கவனிக்க இயலாததையும் சேர்த்து வைத்து - கொஞ்சிக் கொண்டிருக்கிறார்.

இன்றும் ஜி.எச்.லிருந்து பல பேர் அவரது அறிவுரைகளையும் ஆலோசனைகளையும் கேட்டு வீட்டிற்கு வருகிறார்கள். இன்றளவும், வசதியான குடும்பத்தில் பிறந்து, அதைவிட வசதியான குடும்பத்தில் புகுந்து, மேன்மேலும் செல்வமும், புகழும் வந்தாலும் எளிமை என்றால் அப்படி ஒரு எளிமையாக இருப்பவர் டாக்டர் ஜமுனா.

ஒரே உதாரணமாகச் சொல்ல வேண்டுமென்றால் என் திருமணத்தைச் சொல்ல வேண்டும். பெரிய பெரிய தொழில் அதிபர்களும், மருத்துவர்களும், அரசியல்வாதிகளும் வந்த திருமணத்தில் எல்லோரையும் இயல்பாக எதிர்கொண்டதைக் கண்டு, உறவினர்கள் மற்றும் நண்பர்கள் அசந்து போயினர்...

இது மட்டுமா... எங்காவது மாப்பிள்ளை வீட்டுக்காரர்கள், பெண் வீட்டுக்காரர்களை "எங்களை எல்லாம் உபசாரம் எதுவும் பண்ண வேண்டாம். நீங்கதான் டயர்டா இருப்பீங்க. முதலில் நீங்க சாப்பிடுங்க" என்று சொன்னதைக் கேட்டிருக்கிறீர்களா?... கேள்விதான் பட்டிருக்கிறீர்களா? அசந்து போனார்கள் அனைவரும்! அதுதான் டாக்டர் ஜமுனா.

இருங்கள்.. இருங்கள்... அடடா... நான் ஒன்றைச் சொல்ல மறந்தே போனேன்... இதுவரை நான் சொன்னது என்னைப் பெற்று வளர்த்த என் அம்மாவைப் பற்றி அல்ல...

அந்த அம்மாவிற்கும் மேலாக என்னிடம் பரிவும், பாசமும், நேசமும், அன்பும் காட்டி என்னை வழி நடத்திச் செல்லும் அன்பே உருவான என் அருமை மாமியாரைப் பற்றி... ஆம்... என் கணவர் ஸ்ரீகாந்தின் தாயான டாக்டர் ஜமுனாவைப் பற்றித்தான்!

— டாக்டர் காயத்ரி

அமிர்த்தாவின் அறிமுகம்

100% டேபிள் டாப் வெட்கிரைண்டர்

ரூ.2985/-* மட்டுமே!



குறைந்த விலை, கூடுதல் தரம். போர்ட்டபிள் டிரம் கொண்ட முழுமையான வெட்கிரைண்டர். (மையக்குழாயிலிருந்து டிரம்மை மேலே தூக்கும் சிரமமில்லை) பயன்படுத்த மிக எளிது. இனியும் யோசித்து நேரம் கடத்த வேண்டுமா? ஏனெனில், இவ்வளவு சிறப்பம்சங்களுடன் இத்தனை குறைந்த விலையில் வேறெந்த கிரைண்டரும் கிடைப்பதில்லை.



www.amirthaa.com

அமிர்த்தா™

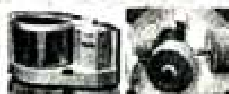
THE GRINDS

ஸ்லீக்

100% டேபிள்டாப் வெட்கிரைண்டர்



அனைத்து முன்னணி கடைகளிலும் கிடைக்கும்.



Also available, India's only grinder with the Unique **Uni-Pressure Three Stone System**

* Only in TamilNadu & Pondy

Time's/Am/02

For more details : Chennai,Chengalpet, N.Arcot :044-6481013,6430703, Pondicherry & S. Arcot : 0413-330619 Thanjavur : 04362-339561 Madurai : 0452-350488, 344281 Trichy : 0431-700728, 712890 Salem : 0427-447313 Tirupur & Coimbatore : 0424-227050 Hyderabad : 040-7537347 Vijayawada : 0866-435015 Calicut : 0495-367333 Calcutta : 033-4641636 Bangalore: 080- 3377353

Mfd. by: **Minit Engineers (I) P. Ltd.**,Erode- 004. Ph: 0424 - 227050, 214259 e-mail:minit@amirthaa.com

ஹம்சவேணி ஜோதிட சித்த மருத்துவ மாந்திரீக நிலையம்

Dr. V.T. ஈஸ்வரன் PhD, USA.,

ஜோதிட சித்த மருத்துவ மாந்திரீக வல்லுநர்

நெ.3, C.G.V.நகர், பேரூர்ரோடு, குமாரபாளையம் (PO), (LIC பஸ் ஸ்டாப் அருகில்).

கோவை - 26. ✆: 0422 - 347131 செல் : 98430 - 94169.

ஜோதிடம் பார்க்க வேண்டுமா? ஜாதகம் கணித்து தர வேண்டுமா?





Dr. V.T.ஈஸ்வரன் PhD, USA.,

- ★ தீராத தலைவலியா?
- ★ வழுக்கை தலையா?
- ★ முடி உதிர்தலா?
- ★ மஞ்சள் காமாளையா?
- ★ தோல் நோயா?
- ★ வெண் குஷ்டமா?
- ★ ஆஸ்தமாவா?
- ★ வயிற்றுப்புண்ணா?
- ★ மூல நோயா?
- ★ ஆண்மைக்கோளாரா?
- ★ வாய்வுக்கோளாரா?
- ★ வெள்ளைபோக்கா?
- ★ மூச்சப்பிடிப்பா?
- ★ எழும்பு முறிவா?
- ★ சதை வீக்கமா?
- ★ மனநிலை கோளாறா?
- ★ குடும்ப ஒற்றுமை இல்லையா?
- ★ இல்லறம் சிறக்கவில்லையா?
- ★ தற்கொலை எண்ணமா?
- ★ கடன் தொல்லையா?
- ★ எதிரி தொல்லையா?
- ★ செய்வினைக் கோளாறா?
- ★ வழக்குகள் தீரவில்லையா?
- ★ கணவன் மனைவி ஒற்றுமை இல்லையா?
- ★ பூர்வீக சொத்து தகராறா?
- ★ தொழில் முன்னேற்றம் வேண்டுமா?
- ★ ஆண் / பெண் வசியம் வேண்டுமா?
- ★ திருமணம் நடக்கவில்லையா?
- ★ குழந்தை பாக்கியம் இல்லையா?
- ★ தெய்வீக பக்தி வேண்டுமா?
- ★ ஆண் / பெண் வரன் வேண்டுமா?

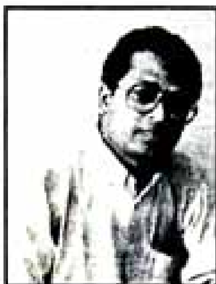
கவலை வேண்டாம்

அணுகுவீர்
பயன்பெறுவீர்

கோல்டு டைம் - நேமாலஜி & புரோனோலஜி

இந்தியாவின் முதன் முதலாக - இஞ்சினியர்/புரோனோலஜியில் ஆராய்ச்சியாளர்

Rtn. Er. AS. Maha Sree Rajhan



நிபுணர் : கையெழுத்தியல், எண் கணிதம், பெயரியல், கிராபாலஜி, இராஜவசியம், பெயர் - தொழில் வசியம் மற்றும் புரோனோலஜியில்

❑ நம்முடைய பாரத தேசத்தில் கைராசியான கைதேர்ந்த வல்லுனராகவும் மிகத் துல்லியான முறையிலும் முதன் முறையாக பெயரின் அலைகளை வைத்தும், இடது மற்றும் வலது கைரேகைகளின் அமைப்பைப் பொறுத்தும் அதிர்ஷ்டப் பெயர்களை வசியத்துடனும், அதிர்ஷ்ட தொழில்களை வசியத்தின் தன்மைக்கு தகுந்தாற்போன்றும், தாங்கள் அன்றாடம் பேசுகின்ற குரல் அதிர்வுகளைப் பொறுத்து மற்றும் பத்து வகையான முக்கிய காரணிகளையும் பன்னிரெண்டு வகையான இயக்கங்களை மையமாகக் கொண்டு அதிர்ஷ்ட பெயரை புரோனோலஜி மூலமாக அமைத்துக் கொண்டிருப்பவர் கைராசியான ஸ்ரீமான் மஹா ஸ்ரீராஜன் அவர்கள் ஆவார்.

❑ இந்தியாவில் மிக பிரபலம் அடைந்த, வெற்றி அடைந்த கம்பெனிகளுக்கும் தொழில் மையங்களுக்கும் வர்த்தக நிறுவனங்களுக்கும் திரு. எ.எஸ். மஹா ஸ்ரீ ராஜன் அவர்களால் பெயர் மாற்றம் செய்யப்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறார்கள் என்பது குறிப்பிடத்தக்கதாகும்.

❑ தொழிலை, இராஜவசிய முறைப்படி இவர்களால் பெயர் மாற்றம் செய்யப்பட்ட பல பேர் இன்று அரசியலிலும், கலைத் துறையிலும் பெருத்த செல்வச் சீமான்களாகவும், கோடீஸ்வரர்களாகவும் திகழ்ந்து கொண்டிருக்கிறார்கள் என்பது உண்மை.

❑ மேலும் வெளிநாட்டில் வேலை வாய்ப்பு பற்றியும், காதல் தோல்வி, போதை வஸ்துக்கு அடிமை, தீராத நோய், திருமண/சுபகாரியத் தடை கட்டிடம் பாதியில் நின்று விடுதல், கடன் தொல்லை, வேபர் தொல்லை, குழந்தை இல்லாமை, குழந்தைகள் படிப்பில் மந்தம், ப்ளாக்மெயில் தொந்தரவு போன்ற பலவிதமான பிரச்சினைகளையும் மிகமிக துல்லியமாகவும் ஆராய்ந்து அற்புதமான முறையில் தீர்த்து வைத்து வாழ்க்கையில் வெற்றி பெறச் செய்கிறார்கள். (குறிப்பாக 15 நாட்களிலேயே வெற்றி வாய்ப்பு நிச்சயம்)

நேரில் ஆலோசனை பெறலாம் (எல்லோருடைய ரகசியங்களும் கண்டிப்பாகக் காப்பாற்றப்படும்).

385, செரிரோடு, ஈடன் கார்டன் ஸ்கூல் அருகில், மேல்மாடி, அஸ்தம்பட்டி, சேலம் - 7.
Off : 0427-417336/4131006 Resi:402784 Cell :98427-10027 E-mail:home-vastu@eth.net

இந்த மாதம் எப்படி?



மேஷ ராசி : *அஸ்வினி, பரணி, கிருத்திகை 1-ஆம் பாதம்.*

பஞ்சமாதிபதி சூரியன், செவ்வாயுடன் இணைந்து சஞ்சரித்தாலும் ஆறாம் இடத்தில் புதன் உச்சம் பெறுவதன் காரணத்தால் சிறு சிக்கல்களை ஏற்படுத்தக்கூடும். எதிலும் கவனமாகச் செயல் பட்டால் வெற்றிக்கு வாய்ப்புண்டு. பெண்களைப் பொறுத்த வரை இந்த மாதம் சில நன்மைகள் ஏற்பட இடமுண்டு என்றாலும் ஓரிரு மனக்கசப்புகளும் உண்டாகக்கூடும். வயிற்று வலியின் காரணமாகச் சிலர் வருந்த நேரும். பயணங் களை மேற்கொள்ளத் திட்டமிட்டிருந்தால் அதைத் தள்ளிப் போடுவது உத்தமம். சிலர் குடியிருக்கும் வீட்டை இடித்துக் கட்டிப் புதுப்பிக்கும் பணிகளை மேற்கொள்ள நேரும். மாணவ மணிகள் படிப்பில் மட்டுமே அக்கறை செலுத்தி மற்ற ஆர்வங்களைக் குறைத்துக் கொள்வது அவசியம்.

தொழிற்பிரிவினர் பொருளாதார நிலையில் முன்னேற்றமான சூழ்நிலை யைக் காண முடியும். உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு எதிர்பாராத இடமாற்றங்கள் ஏற்பட வாய்ப்புண்டு. கலைஞர்களின் முயற்சிகள் புதிய வாய்ப்புகளைப் பெறத் தடங்கல்களையே ஏற்படுத்தும். சிலருக்குப் பெண்களால் தொல்லைகள் ஏற்படக்கூடிய நிலை உண்டு. புதியவர்களிடம் நெருக்கமான போக்கைத் தவிர்ப்பது நல்லது. வியாபாரிகளுக்குச் சுமாரான வியாபாரம் நடைபெறும். அலங் காரப் பொருள்கள், வாசனைத் திரவியங் கள் போன்ற 'காஸ் மெடிக்' பொருள்கள் நல்ல லாபம் தரக்கூடும். அரசியல்வாதிகள் நிதானமாக நடந்து கொள்வது அவசியம்.

செப்டெம்பர் 2002

		ராகு	சனி
	14.9.2002 - புதன் (வ.ஆ.) 16.9.2002 - கன்னி - சூரியன்		குரு
			செவ்வாய் சூரியன்
	கேது	சுக்கிரன்	புதன்

நீங்கள் தினமும் காலையில் சூரியனை வணங்கி வருவதும் ஆதித்ய ஹிருதயம் ஸ்தோத்திரத்தைப் படித்து வருவதும் உங்கள் வாழ்வில் சகல முன்னேற்றங்களையும் உண்டாக்கும்.



ரிஷப ராசி :

கிருத்திகை 2, 3, 4 ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிஷம் 1, 2 ஆம் பாதங்கள்.

சுக்கிர பகவான் ஆறாம் இடத்தில் ஆட்சி பெறுவதாலும் ஜென்மத்தில் இராகு வீற்றிருப்பதாலும் குடும்பத்தினரின் உடல்நலத்தில் கவனம் செலுத்த நேரும். பெண்களுக்கு உடல் உபாதைகள் உண்டாகவும், பொருள்கள் களவு போகவும் இடமுண்டு என்பதால் எதிலும் கவனமாக இருப்பது அவசியம். இளைய சகோதரர்களால் குடும்பத்தில் சிறு கலக்கம் தோன்றி மறையும். போதிய வருமானத்துக்குக் குறைவிராது என்றா லும் செலவுகளும் அதிகமாகும் என்பதால் சேமிப்புக்கு வழியிராது. எனினும் மருத்துவச் செலவுகள் கட்டுக்கடங்கி இருக்கும் என்பதால் கவலைப்படத் தேவையில்லை.

அரசுப் பணியில் உள்ள சிலர் தங்களைச் சார்ந்தவர்களுக்கு அனுகூலம்

செய்வதற்காகச் சட்டத்தை மீறிச் செயல்பட வேண்டிய நிர்ப்பந்தம் ஏற்படலாம். நண்பர்கள், உறவினர்களிடம் சீட்டுப் பணம், ஜாமின் கையெழுத்து போடுவது போன்றவற்றில் மிகவும் எச்சரிக்கையாய் இருப்பது அவசியம். மறைமுக எதிரிகளால் தொல்லைகள் உண்டாகலாம். பெண்கள் கூடுமானவரை வெளியில் செல்லும் போது நகைகள், உடைமைப் பொருள்கள் மீது மிகுந்த கவனமாக இல்லாவிடில் களவு போக இடமுண்டு. தங்க நகை வியாபாரிகளில் சிலர் அரசின் நெருக்கடிகளுக்கு ஆளாக நேரலாம். சிலர் அசையாச் சொத்துகளை வாங்கும் முயற்சியில் வெற்றி காண்பீர்கள். அரசியல்வாதிகளுக்குச் செல்வாக்கு கூடும். வியாபாரம் முன்னேற்றமான சூழ்நிலையில் இருந்து வரும்.

நீங்கள் இராகு, கேதுவுக்குப் பிரீதி செய்யும் வகையில் செவ்வாய், வெள்ளிக்கிழமைகளில் இராகு வேளையில் துர்கையம்மனுக்குத் தீபமேற்றி வழிபட்டு வாருங்கள். உங்கள் வாழ்வில் வளமும் நலமும் பெருகும்.



மிதுன ராசி :

மிருகசீரிஷம் 3, 4 ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1,2,3 ஆம் பாதங்கள்.

பஞ்சமஸ்தானத்தில் ஆட்சி பெறும் சுக்கிரனாலும், நான்காம் இடத்தில் உள்ள புதனாலும் பயணம் ஒன்றை மேற்கொள்ளக்கூடும். குறிப்பாக வடதிசைப் பயணமும், அதன் மூலம் ஒரு மகானின் தரிசனமும் அருளாசிகளும் கிடைக்கப் பெறுவீர்கள். நீண்_

ஒருமுறை எனக்குத் தொண்டை கட்டிக் கொண்டு குரலே எழவில்லை. கற்பூரவல்லியைச் சாறெடுத்து பனங்கற்கண்டு கலந்து பாட்டி 2 ஸ்பூன் தந்தாங்க. தொண்டைக் கமறலா நோ, போயே போச்!

- காந்திமதி கிருஷ்ணன்



நான் இருந்து வந்த உங்கள் விருப்பம் நிறை வேறும். நீதித் துறையில் உள்ளவர்களில் சிலர் புரட்சிகரமான தீர்ப்பை வழங்கிப் புகழடை வீர்கள். பெரிய பதவியில் இருப்பவர்கள் சில முக்கிய முடிவுகளை எடுக்க நேரும். பெண் களுக்குத் தடங்கல் நீங்கி திருமண யோகத்தை அடையும் வாய்ப்புண்டு. மாணவமணிகளின் விருப்பப்படியான கல்விப் பிரிவில் இடம் கிடைத்து மகிழ்ச்சியடைவீர்கள். குறிப்பாக மருத்துவப் படிப்பில் பயிலும் மாணவர்கள் வெற்றி வாய்ப்பைப் பெறுவீர்கள்.

கலைஞர்கள் நிதானமான போக்கைக் கடைபிடிப்பது நல்லது. திரைப்படத் துறையில் அந்நிய மொழியில் மொழி மாற்றம் செய்து வெளியிடுவது தயாரிப்பாளர்களுக்கு வெற்றி யைத் தேடித் தரும். அடகு வைத்திருந்த நகை களை மீட்கக்கூடிய அளவு பொருளாதார வசதிகள் பெருகும். குரு பகவானின் சஞ்சாரம் சாதகமான நிலையில் உள்ளதால் நன்மைகள் பலவும் உண்டாக இடமுண்டு. குடும்பத்தில் சுபநிகழ்ச்சி நடைபெறச் சந்தர்ப்பம் கூடி வரும். வியாபாரம் சிறப்பாகவே நடைபெற்று வரும். தொழிற்பிரிவினர் படிப்படியான வளர்ச்சி நிலையை எட்டுவீர்கள். மாதப் பிற்பகுதியில் யாரிடமும் கோபப்படாமல் கனிவாகப் பேசி வர முயலுங்கள். பயணங்களின் போதும், இயந்திரங்களில் பணிபுரியும் போதும் எச்சரிக்கையாய் இருப்பது அவசியம்.

நீங்கள் தினமும் முருகப் பெருமானை வணங்கி வருவதும், சுப்ரமண்ய புஜங்க ஸ்தோத்திரத்தைப் படித்து வருவதும் உங்கள் வாழ்வில் சுபிட்சத்தை ஏற்படுத்தும்.

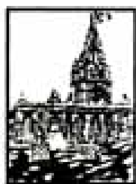
கடக ராசி :

புனர்பூசம் 4 -ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்.

குரு பகவான் ஜென்ம இராசி யில் சஞ்சரிப்பதன் காரணமாகச் சில சங்கடங்கள் ஏற்பட வாய்ப்புண்டு. என்றா லும் உங்கள் முயற்சிகள் எதிலும் நிதானமாகச் செயல்பட்டால் வெற்றிக்கு வழியுண்டு என்ப தால் பயம் வேண்டாம். மேலும் தனஸ்தானத் தில் உள்ள செவ்வாயால் உத்தியோகஸ்தர்கள் எதிர்பார்த்த இடமாற்றங்கள் ஏற்படக் காண் பீர்கள். நன்மை தரக்கூடிய பதவி மாற்றங்கள் அமையும். தங்க ஆபரண வியாபாரிகள் சற்றே மந்த நிலையைக் காண்பீர்கள். சில நாள் பொறுமையாயிருங்கள். இரும்பு வியாபாரம் மிகுந்த பலன் தரும். பணப்புழக்கம் சரளமாக இருக்கும். தொழிற்பிரிவினர் லாபகரமாகத் தொழில் நடந்து வரக் காண்பீர்கள்.

மாணவமணிகள் கல்வியில் மிகுந்த ஊக்கத் துடன் அக்கறை செலுத்தி வருவீர்கள்.

பஞ்ச துவாரகா யாத்ரா







GUJARAT TOURISM,

(A Govt. of Gujarat Undertaking)

Tourism Complex, Wallajah Road, Chennai - 600 002.

Tel No. 5366613 Res : 4794159 E-mail : gujarattourism@vsnl.net

பஞ்ச துவாரகா யாத்ரா : 12 நாள் / 11 இரவுகள் சுற்றுலா. தாகோர் துவாரகா/ துவாரகா/பெய்ட்துவாரகா/கங்ரோலி/ஸ்ரீநாத்துவாரகா / (சோம்நாத் / நாகேஸ்வர் / ஜோதிர்லிங்கங்கள்) ராஜ்கோட் / போர்பந்தர் /உதயப்பூர் மற்ற இடங்கள் உட்பட

பயணச் செலவு ரூ.6,630/- (சைவஉணவு, உயர்தர தங்கும் வசதி, டீலக்ஸ் டிரான்ஸ்போர்ட், கைய்டு சர்வீஸ் மற்றும் சிறப்பு வழிபாடு வசதிகள் உட்பட)

சென்னையிலிருந்து சுற்றுலா புறப்படும் நாள் : 16.10.2002
மற்றும் திரும்பும் நாள் : 27.10.2002

சென்னை - அகமதாபாத் மற்றும் திரும்புதல் நவஜீவன் எக்ஸ்பிரஸ் மூலம்.

அகமதாபாத் மற்றும் இதர இடங்கள் சுற்றுலா - குஜராத் சுற்றுலாத்துறை சொகுசு பஸ் மூலம் அகமதாபாத் திரும்புதல்.

முன் பதிவுத் தொகை ரூ.1000/- கொடுத்து பதிவு செய்யவும். பதிவு செய்து கொள்ள மற்றும் இதர விவரங்களுக்கு உதவி மேலாளர் (மார்க்கெட்டிங்) மேலே குறிப்பிட்டுள்ள முகவரியில் தொடர்பு கொள்ளவும்.

ஸ்ரீ சுபம் திருமண ஆலயம்

உங்கள் வீட்டில் விரைவில் திருமண விழா நடைபெற வேண்டுமா?
உடனே இலவசமாக பதிவு செய்து கொள்ளுங்கள்

பிரமணாள் மற்றும் பிராமணாள் அல்லாத அனைத்து சமூகத்தினருடைய கல்யாண வரன்களுக்காக ஜாதகத்துடன் முழு விவரங்கள் 25.09.2002 வரை இலவசமாக பதிவு செய்யப்படும்

ஸ்ரீ சுபம் திருமண ஆலயம்

143, (Old No.54) கே.எச்.ரோடு, அயனாவரம்,
சென்னை - 23. (நூர் ஓட்டல் பஸ் நிறுத்தம்.)

நேரம் காலை 10 மணி முதல் மாலை 5 மணி வரை

சென்னைக்கு வெளியே இருப்பவர்கள் தபால்தலை ஒட்டப்பட்ட கவருடன் முழு விவரங்கள் அனுப்பவும்

அமைப்பாளர்கள்
M.S.வரதராஜன் M.A., B.Ed.
V.கோபாலகிருஷ்ணன், ஆடிட்டர்

போன் :
044-6602719

சில சமயங்களில் ஞாபக மறதியால் குழம்புக்கோ, ரசத்துக்கோ இரண்டு தடவை உப்பைப் போட்டு விட்டு, என்ன செய்வதென்று தவிப்பதுண்டு. அந்தச் சமயங்களில் சாதத்தை நன்றாக உருட்டிக் குழம்பிலோ, உப்பு ரசத்திலோ போட்டு வைத்திருந்தால், சாதம் உப்பு முழுவதையும் உறிஞ்சிக் கொள்ளும். அதிக உப்பு மாயமாக மறைந்து விடும். ஆனால் தயார் செய்திருக்கும் குழம்பு சரிபாதியாகக் குறைந்து விடும்.

- எஸ். சுவர்ணாதேவி.



சிலருக்குக் கைப்பொருள் விரயமாவதைத் தவிர்க்க இயலாத நிலை காணப்படும். அலைச்சலாலும், உஷ்ண பாதிப்பாலும் சிறு உடல் உபாதைகள் தோன்றி மறையும். சிலருக்கு வயிறு தொடர்பான கோளாறு ஏற்பட்டு குணமாகும். பணப்புழக்கமுள்ள பணிகளில் உள்ளவர்கள் கவனமாகச் செயல்படுவது அவசியம். அரசியல்வாதிகள் முக்கியமான பொறுப்புகளை ஏற்கும் வாய்ப்பு ஏற்படும். அலைச்சல் கூடும். ஆடை, அணிமணிகள் சேரும். எதிர்பாராத தனவரவு சிலருக்கு உண்டாகும். பயணம் மேற்கொள்வதன் மூலம் சிலருக்குப் பலனுண்டாகும். பிற மொழி பேசும் ஒருவரால் அனுகூலம் ஏற்படக் காண்பீர்கள்.

நீங்கள் சனிக்கிழமைகளில் எள்ளன்னம் செய்து சனிபகவானுக்கு நைவேத்தியம் செய்து அதை உடல் ஊனமுற்றவர்களுக்கு விநியோகம் செய்து வாருங்கள். உங்கள் வாழ்வில் சகல நன்மைகளும் உண்டாகும்.



சிம்ம ராசி :

மகம், பூரம், உத்திரம் 1-ஆம் பாதம்.

இம்மாதம் ஆட்சி பெற்ற சூரியன் ஜென்ம ராசியில் சஞ்சரிப்பதாலும், யோககாரகன் செவ்வாய் பகவானின் சஞ்சாரமும் முக்கியமான திருப்பங்களை ஏற்படுத்தும். என்றாலும் எதிலும் நிதானமான போக்கைக் கடைப்பிடிப்பது அவசியம். பணம் கொடுக்கல் வாங்கலில் எச்சரிக்கை தேவை. உடல்நலத்திலும் கவனம் தேவை. தாய்வழி உறவினரால் சங்கடம் ஏற்படலாம். தொழிற்பிரிவினர் சிறப்பான முன்னேற்றதைக் காண முடியும். குறிப்பாக அச்சுத் தொழில் மிகுந்த ஆதாயத்தைத் தரக்கூடும். உத்தியோகஸ்தர்கள் அலுவலக விஷயங்களில் கவனமாக இருப்பது நல்லது. மறைமுக வருமானங்கள் விஷயத்தில் எச்சரிக்கை தேவை.

எதிர்பாராத தனவரவு ஏற்பட்டு மகிழ்ச்சி தரக்கூடும். எனினும் செலவுகளும் அதிகமாகலாம். வியாபாரிகளைப் பொறுத்தவரை எண்ணெய் வகைகள், கறுப்பு நிறப் பொருள்கள் சிறப்பான லாபம் தரும். அரசு வழியில் அதிகாரிகளால் சிக்கல்கள் உண்டாக இடமுண்டு என்பதால் முன்னதாகவே அவர்களிடம் சமரசமாகப் பேசி முடித்துக் கொள்வதே நல்லது. கலைஞர்கள் சக கலைஞர்களின் போட்டிகளுக்கிடையேயும் சில புதிய வாய்ப்புகளைப் பெற முடியும். திட்டமிட்டபடி பயணங்கள் சிறப்பாக அமைந்து மகிழ்ச்சியும், மன நிம்மதியும் அளிக்கக்கூடும். அரசியல்வாதிகள் சில பொறுப்புகளை ஏற்க நேரும். என்றாலும் எந்தப் பொறுப்பாயினும் ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். மாணவமணிகள் படிப்பில் மிகுந்த அக்கறை செலுத்தி உற்சாகமாகக் காணப்படுவீர்கள். சிலர் அரசின் உதவித் தொகை போன்ற நன்மைகளை அடைய வாய்ப்புண்டு. பெண்களுக்கு பிரசவத்தில் சங்கடம் ஏற்பட்டு நிவர்த்தியாகும். பத்திரிகையாளர்கள், கவிமன், கண்ணாடிச் சிற்பங்கள் செய்பவர் போன்றோர் பாராட்டுகளைப் பெறக்கூடும்.

நீங்கள் வியாழக்கிழமைகளில் தட்சிணாமூர்த்திக்குக் கொண்டைக்கடலை நைவேத்தியம் செய்து வணங்கி வாருங்கள். உங்கள் வாழ்வில் செல்வச் செழிப்பு கூடும்.

கன்னி ராசி :



உத்திரம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2 ஆம் பாதங்கள்.

இம்மாதம் ஆட்சி பெற்றுள்ள சுக்கிரனும், உச்சம் பெற்ற புதனும்' பெரும்பாலும் நற்பலன்களையே ஏற்படுத்துவார்கள். இயல்பாகவே எதிலும் வேகமாகச் செயல்படக் கூடிய நீங்கள் இம்மாதம் கூடுதலான பரபரப்புடன் காணப்படுவீர்கள். தொழிற்பிரிவினர் திட்டமிட்டு அதன்படி செயல்படுத்தினால் நிச்சயமான முன்னேற்றத்துக்கு வழியுண்டு. தொழிலை நல்ல முறையில் விரிவுபடுத்தவும் இது ஏற்ற தருணமாகும். உத்தியோகஸ்தர்கள்

உங்கள் விருப்பங்கள் நிறைவேறக் காண்பீர்கள். வேலையின்றி அலைந்து கொண்டிருந்தவர்களுக்கு இப்போது நிச்சயமாக ஏதேனும் ஒரு வேலை அமைந்து விடும். இடமாற்றங்களை எதிர்பார்த்தவர்களுக்குச் சாதகமான உத்தரவுகள் கிடைக்கும்.

வியாபாரம் நல்ல முறையில் லாபகரமாகவே நடந்து வரும். இதன் காரணமாக வேறு கிளைகளைத் திறக்கவும், வியாபாரத்தை விரிவுபடுத்தவும் நீங்கள் செய்யும் முயற்சிகள் வெற்றியைப் பெறக்கூடும். கலைஞர்கள் புதிய வாய்ப்புகளைப் பெறுவதுடன், அதன் மூலம் உங்கள் பொருளாதார நிலையையும் உயர்த்திக் கொள்ளுவீர்கள். அரசியல் தொடர்புடையவர்களின் நட்பைப் பெற்றுள்ளவர்கள் சில நன்மைகளை அடையலாம். உடல்நலத்தில் சற்றே அக்கறை செலுத்துவது நல்லது. பெண்களுக்கு மகிழ்ச்சி உண்டாகும் வகையில் சில நிகழ்ச்சிகள் நடைபெறும். குடும்ப ஒற்றுமையில் பெண்களின் பங்கு பாராட்டப்படும் வகையில் இருக்கும். வேலைக்குப் போகும் பெண்களுக்கு சேமிப்புகள் மகிழ்ச்சி தரும் வகையில் அமையும்.

நீங்கள் விஷ்ணு தலங்களுக்குச் சென்று பெருமானைத் தரிசனம் செய்து வருவதும், முடிந்த போது விஷ்ணு சகஸ்ரநாமம் படித்து வருவதும் உங்கள் வாழ்வில் சௌபாக்யங்களை ஏற்படுத்தும்.



துலாம் ராசி :

சித்திரை 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

இம்மாதம் ஜென்மராசியில் உள்ள சுக்கிர பகவானின் சஞ்சாரத்தால் நற்பலன்கள் ஏற்படும் என்றாலும் குரு, இராகு ஆகியோரின் சஞ்சாரம் சில இடையூறுகளையும் ஏற்படுத்தக்கூடும். தந்தையின் உடல்நலம் கவனிக்கப்பட நேரும். உங்கள் வேலைப்பளு அதிகமாவதைப் போல் தெரியும். என்றாலும் நிதானப் போக்கால் அவற்றைச் சமாளித்து நன்மையடையலாம். பூமி, மனை போன்றவற்றை வாங்கும் விஷயத்தில் அவசரப்படாமல் நிதானமாகச் செயல்படுத்துவது நல்லது. வாகனம் ஓட்டுதல் மற்றும் கடின வேலைகளைச் செய்வோர் சிறிது தொல்லைகளை ஏற்க நேரலாம். காவல் துறையில் பணிபுரிபவர்கள் உயர் அதிகாரிகளின் நன்மதிப்பைப் பெறுவது கடினம்.

அரசியல்வாதிகள் கூடுமானவரை பேச்சில் நிதானப் போக்கைக் கடைப்பிடிப்பது அவசியம். இல்லையேல் தேவையற்ற வழக்குகள் தேடி வரக்கூடிய நிலை உண்டு. உங்களை விட்டுப் பிரிந்து சென்ற நண்பர்கள் தங்கள் தவறையுணர்ந்து திரும்பி வந்து உங்களுடன் உறவு கொண்டாடுவார்கள். என்றாலும் போலி நண்பர்களை விலக்கியே வைப்பது நலலது. சிலருக்குப் புதிய பதவிகள், பட்டங்கள் வரக் கூடும். குடும்பத்தில் அமைதிக்குக் குறைவிராது. சகோதர வழியில் சில நன்மைகளை எதிர்பார்க்கலாம். எழுத்தாளர்கள், பத்திரிகைத் துறையினர் முன்னேற்றம் காணச் சந்தர்ப்பம் உண்டு. விளம்பரத் துறையில் உள்ளவர்கள் பலரின் பாராட்டுகளைப் பெறும் நிலையுண்டு.

நீங்கள் தினமும் குரு பகவான் காயத்ரியை 11 முறைக்குக் குறையாமல் சொல்லி வருவதன் மூலம் உங்கள் வாழ்வில் வளமும் நலமும் உண்டாகும்.



விருச்சிக ராசி :

விசாகம் 4 _ ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை.

இம்மாதம் சனீஸ்வர பகவானின் சஞ்சாரம் அனுகூலமற்ற நிலையில் இருந்தாலும் அதிகமாகக் கவலைப்படத் தேவையில்லை. அமைதி குறைந்தது போன்ற நிலை தென்படுமாயினும், மாத இறுதியில் தெளிவாகி விடும். நீங்கள் எடுக்கும் முடிவுகள் கூடுமான வரை சரியாகவே அமைந்து விடும். பெண்களுக்குத் தங்க நகைகள் வாங்குவதற்குரிய வாய்ப்புகளும் அதன் மூலம் சில நன்மைகளும் உண்டாகும். நிதி நிறுவனங்களில் பணத்தைச் செலுத்தி அது திருப்பிக் கிடைக்காதவர்களுக்கு ஒரு நல்ல தகவல் கிடைக்க வாய்ப்புண்டு. மருத்துவத் துறை, ரசாயனத் துறை போன்றவற்றில் பணிபுரிபவர்களுக்குப் பதவி உயர்வும் அதிக வருமானமும் கிடைக்கப் பெற்று உற்சாக

வாழைத் தண்டை குக்கரில் வைத்தாலோ அல்லது வாணலியில் வதக்கினாலோ பொரியல் கறுத்து விடும். ஆனால் பிரஷர்பானில் தாளித்து மூடி இரண்டே சவுண்டு விட்டால் போதும். காயும் வெள்ளை வெளேரென்று இருக்கும். பஞ்சு போல வெந்து விடும். சுவையாகவும் இருக்கும். எண்ணெயும் குறைவு. இதே போல வாழைப் பூவையும் பொரியல் செய்யலாம். கறுத்துப் போகாது.

- லக்ஷ்மி ரங்கநாதன்.



மடைவீர்கள்.

நீண்ட காலமாக நடைபெற்று வரும் வழக்கு களில் உங்களுக்குச் சாதகமான தீர்ப்பு கிடைக் கப் பெறும். உடல்நலத்தில் சிறு உபாதைகள் ஏற்படுமாயினும் சிறு மருத்துவ சிகிச்சை மூலம் உடன் குணமாகி விடும். சிலருக்கு வயிற்று வலி தொல்லை தந்து சீரடையும். நீண்ட காலமாக உங்களிடம் பகைமை கொண்டிருந்த உறவினர் சிலர் இப்போது உங்களைத் தேடி வந்து நேசக்கரம் நீட்டுவார்கள். திருமணமானவர் களில் சிலருக்கு மகப்பேறு பாக்கியம் கிட்டும். தெய்வீக ஈடுபாடு கூடும். சிலருக்கு எதிர்பாராத தனவரவு உண்டாகும். தந்தையின் உடல்நலத் தில் கவனம் தேவை.

நீங்கள் சனிக்கிழமைகளில் ஆஞ்சனேய பகவானுக்குத் துளசி மாலையும், வெண்ணெ யும் சாத்தி வழிபட்டு வருவதன் மூலம் உங்கள் வாழ்வில் சகல முன்னேற்றங்களும் உண்டா கும்.



தனுசு ராசி :

மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1 - ஆம் பாதம்.

இம்மாதம் சூரியன், புதன் ஆகியோரின் சஞ்சாரம் அனுகூல மான போக்கில் இருப்பதால் நிறைய நற்பலன் களை எதிர்பார்க்கலாம். உடல்நலத்திலும் கவனம் தேவை. திடீர் தனவரவு சிலருக்கு ஏற் படக்கூடிய வாய்ப்பு அதிகமாகக் காணப்படு கிறது. தொழிற்பிரிவினர் படிப்படியாக முன் னேற்ற நிலையைக் காண முடியுமென்றாலும், கூட்டாளிகளிடம் மிகுந்த எச்சரிக்கையாக இருக்கவேண்டியது அவசியம். கலைஞர்கள் புதிய வாய்ப்புகளைப் பெறுவது ஓரளவு கடினம்தான் என்றாலும் கைவசம் உள்ள வாய்ப்புகளில் உங்கள் திறமையை வெளிப் படுத்தினாலே போதுமானது. உங்கள் வாழ்க்கை வசதிகளில் குறைவு நேராது.

குடும்பத்தில் எவ்விதப் பிரச்னையுமின்றி பெண்களின் சாமர்த்தியமான போக்கால் சமாளிக்கப்பட்டு நிம்மதி நிலவும். குடும்பத்தில் முதிய வயதினர் ஒருவருக்கு மருத்துவச் செலவு செய்ய நேரலாம். தூரத்து உறவினர் ஒருவரின் துக்கச் செய்தியைக் கேள்விப்பட நேரலாம். அதையொட்டி ஒரு பயணத்தையும் மேற் கொள்ள நேரும். வியாபாரத்தைப் பொறுத்த அளவில் எண்ணெய் வகைகள், கறுப்பு நிறப் பொருள்கள் ஆகியன கூடுதல் லாபத்தைத் தரும். வீண் சிக்கல்கள் உருவாகும் நிலை உள்ள தால் பிறரிடம் எச்சரிக்கையாய்ப் பழகி வருவது அவசியம். வேடிக்கை, கேளிக்கைகள் போன்ற வற்றில் ஈடுபாடு கொள்ளாதீர்கள். உயர் அதி காரிகளின் நன்மதிப்பைப் பெறும் வகையில் உத்தியோகஸ்தர்களின் பணி அமைவது அவசியம். சுபநிகழ்ச்சி ஒன்று குடும்பத்தில் நடைபெற முயற்சி நடைபெற்றாலும் தடங்கல் ஏற்பட்டுத் தள்ளிப் போகும்.

நீங்கள் தினமும் சண்முக கவசம் பாடல் களைப் படித்து வருவதுடன் முருகப் பெருமானையும் வணங்கி வருவதன் மூலம் உங்கள் வாழ்வில் சுபிட்சம் பெருகும்.

மகர ராசி :



உத்திராடம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட் டம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

இந்த மாதம் செவ்வாய், சூரியன் சேர்க்கை பெற்று சஞ்சரிப்பதன் காரணமாக எதிர்பாராத செலவுகள் ஏற்பட லாம். பூமி, வீடு போன்றவை வாங்க விரும்பியவர்களுக்கு இப்போது சந்தர்ப் பம் கூடிவரும். இருந்தாலும் உங்கள் கையிருப் புத் தொகை போதாமல் கடனும் வாங்க வேண்டி நேரும். வங்கிகளில் கடன் பெற்று வாஸ்து நிபுணரின் ஆலோசனைகளையும் பெற்று வாங்குவது உத்தமம். குடும்பத்தில் சுபநிகழ்ச்சிகள் நடை பெறுவதன் மூலம் மனம் மகிழ்ச்சியடைய இடமுண்டு. வீடு கட்டி முடித் திருப்பவர்கள், நண்பர்கள், உறவினர் உதவி யுடன் புதுமனை கிரகப்பிரவேசத்தைச் சிறப்பா கச் செய்து முடித்து மகிழ்வீர்கள்.

பப்பாளித் தோலைக் கீழ்த்தாடையில் (ரோமங்கள் உள்ள இடத்தில்) தேய்த்து, சிறிது நேரம் ஒட்டி வைத்திருந்து கழுவி விட்டால், தேவையில்லாத ரோமங்கள் உதிர்ந்து விடுவதோடு, மறுபடி வராமல் தடுக்கும். முகத்தில் கரும்புள்ளிகள் உள்ள இடங்களில் பப்பாளித் தோலை ஒட்டி வைத்து, பிறகு கழுவி னால் 'பளிச்'சென்றாகி விடும். பப்பாளி வாங்கிச் சாப் பிடுவதால் இரண்டு விதமான பலன். மாதவிடாய் ரெகுலராக வருவதோடு (ரெகுலராக இல்லாதவர்களுக்கு), பப்பாளித் தோல் முகத்தில் உள்ள ரோமங்கள் உதிர்வதற்கும், கரும்புள்ளிகள் மறைவதற்கும் மருந்தாகிறது.

- விஜயா லெட்சுமணன்.



குடும்பத்தில் வயதானவர்களுக்குச் செய்து வந்த மருத்துவச் செலவுகள் படிப்படியாகக் குறைந்து வரக் காண்பீர்கள். வரவேண்டிய பாக்கித் தொகைகள் விரைவாக வந்து சேரும். பிரிந்து சென்றிருந்த உறவினர்கள் தேடி வந்து உறவை நாடுவார்கள். ஆன்மிக உணர்வுகள் அதிகமாகத் தோன்றும். மகான்களின் தரிசனம், ஆசிகள் கிட்டும். நீங்கள் எதிர்பார்த்த விஷயங்களிலெல்லாம் வெற்றி ஏற்படும். வெளிநாட்டுத் தொடர்புள்ளவர்களுக்கு நல்ல தகவல் கிடைக்கும். வியாபாரிகளுக்குத் திரவப் பொருள் வியாபாரம் நன்கு லாபகரமாக இருக்கும். கோபத்தைக் குறைத்துக் கொள்வது அவசியம். பயணத்தின் போதும் நெருப்பின் அருகில் பணிபுரிவோரும் மிகுந்த எச்சரிக்கையுடன் செயல்படுவது அவசியம். தீயவர்களின் தொடர்புகளை விலக்குவது நல்லது. வழக்குகளில் நன்மையுண்டு.

நீங்கள் தினமும் கோளறுபதிகம் பாடல்களையும், அபிராமி அந்தாதியில் சில பாடல்களையுமாவது படித்து சிவதரிசனம் பெற்று வாருங்கள். உங்கள் வாழ்வில் சகல முன்னேற்றங்களும் உண்டாகும்.



கும்ப ராசி :

அவிட்டம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

இம்மாதம் சூரியன், செவ்வாய் ஆகியோரின் சேர்க்கை உங்களுக்கு அனுகூலமற்ற போக்கில் உள்ளதால் சில சிரமங்களை ஏற்படுத்தக்கூடும். எதிர்பாராத பண விரயமும், மருத்துவச் செலவுகளும் உண்டாகலாம். மாதத்தின் பிற்பகுதியில் கைப்பொருள் விரயமாகவும் இடமுண்டு. எனவே எதிலும் எச்சரிக்கையாய் இருப்பது அவசியம். உஷ்ண ஆதிக்கத்தாலும், அலைச்சல் மிகுதியாலும் உடல்நலத்தில் சிறு பாதிப்பு ஏற்பட இடமுண்டு. காவல் துறையில் பணியாற்றுவோர் மிகுந்த கவனத்துடன் செயல்பட வேண்டியது அவசியம். நீதித் துறையினரும் எச்சரிக்கையாய் இருப்பது நல்லது.

தொழிற்பிரிவினர் முன்னேற்றமான சூழ்நிலையைக் கண்டு மகிழ்வீர்கள். சிலர் வங்கிகளில் எதிர்பார்த்த கடன் வசதிகளை விரைவில் பெற்று மகிழக்கூடும். ரத்த அழுத்தம் போன்ற உபாதைகளுக்காக மருந்துகளை உட்கொண்டு வந்தவர்களுக்கு இப்போது ஓரளவு குணமாகி மருந்தின் அளவைக் குறைத்துக் கொள்ளும் நிலை உண்டாகும். உத்தியோகஸ்தர்கள் உயர் அதிகாரிகளின் பாராட்டுகளைப் பெற்று மகிழ்வீர்கள். தெய்வீக ஈடுபாடு கூடும். பொருளாதார நிலையில் சிக்கல் எழ வாய்ப்பில்லையாயினும் வரவு செலவு கணக்குகளில் கவனம் தேவை. குடும்பத்தில் ஏற்பாடு செய்யப்பெற்ற சுபநிகழ்ச்சி ஒன்று தள்ளிப் போக நேரும். ஞானிகளின் ஆசிகள் உண்டு. வாகனங்களில் செல்லும் போது வேகத்தைக் குறைத்து நிதானமாகச் செல்வது அவசியம்.

நீங்கள் சனிக்கிழமைகளில் சனிபகவானுக்கு எள்ளன்னம் நைவேத்தியம் செய்து அதை உடல் ஊனமுற்றவர்களுக்கு விநியோகித்து வாருங்கள். உங்கள் வாழ்வில் சௌபாக்யங்கள் உண்டாகும்.



மீன ராசி :

பூரட்டாதி 4 - ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி.

இம்மாதம் குரு பகவானும் புதன் பகவானும் சாதகமான நிலையில் சஞ்சாரம் செய்வதால் சுபநிகழ்ச்சிகள் நடைபெற உதவி புரிவார்கள். மாத ஆரம்பத்தில் இரும்பு தொடர்பான வியாபாரிகளுக்கும், இரும்பு உதிரிப் பொருள்களை விற்பனை செய்பவர்களுக்கும், நெருப்பு சம்பந்தமான தொழில்புரிபவர்களுக்கும், உணவகங்கள் நடத்துபவர்களுக்கும் முன்னேற்றமான நிலை தென்படும். முக்கியமான முடிவுகளை எடுக்கும் போது ஒரு முறைக்கு இருமுறை நன்கு யோசனை செய்த பிறகே எடுங்கள். நல்ல நண்பர்களின் உதவிகளை நாடுவதன் மூலம் பிரச்னைகள் குறைய வழியுண்டு.

சனீஸ்வர பகவான் நான்காம் இடத்தில் சஞ்சாரம் செய்வதன் காரணமாக எதிலும் சற்று நிதானமாகவும் பொறுமையாகவும் நடந்து கொள்வது அவசியம். பணத்தைக் கடன் கொடுத்திருப்பவர்கள் அதைத் திருப்பிப் பெறுவதில் சிக்கல் உண்டாகக்கூடும். பூமி மற்றும் சொத்துக்களைப் பாகப்பிரிவினை செய்வதையோ, விற்பனை செய்வதையோ அவசரப்படாமல் சிறிது காலத்துக்குத் தள்ளி வைப்பது நல்லது. கலைஞர்களுக்கு முன்னேற்றமான சூழ்நிலை தெரியவரும். சிலருக்குத் திடீர் தனவரவுகள் உண்டாகும். சகோதர வழியில் நன்மை உண்டாகும். வியாபாரிகளுக்குத் திரவப் பொருள் விற்பனை அதிக லாபம் தரும். தாயாரின் உடல்நலத்தில் கவனம் தேவை. தொழிற்பிரிவினர் தொழிலில் கூடுதல் கவனம் செலுத்துவது அவசியம்.

நீங்கள் சங்கடஹரசதுர்த்தி நாளில் விநாயகப் பெருமானுக்குத் தேவையான அபிஷேகப் பொருள்களை வாங்கித் தந்து வணங்கி வாருங்கள். உங்கள் வாழ்வில் சகல முன்னேற்றங்களும் உண்டாகும்.

— ஸ்வாமி கண்ணன்பட்டாச்சார்யா

'அம்மா'வென அகமகிழ்ந்தேன்!

மகளால் நான் படித்தேன்!

என் மகள் மூன்றாம் வகுப்பு படிக்கும்போதிருந்தே பேச்சாற்றல், எழுத்தாற்றல், நினைவாற்றல் மூன்றிலும் சிறந்து விளங்குவதைக் கண்டு ஊக்குவித்தேன். விளைவு பல போட்டிகள், பல பரிசுகள் அதிலும் நிறைய முதற்பரிசுகள். சாரணசாரணியத்திலும் ஈடுபட்டு சேவை செய்வாள். கடந்த ஆண்டு நேஷனல் பாலபவன் நடத்திய பாலஸ்ரீ (ஜனாதிபதி விருது) விருதுக்காக மாவட்ட அளவில் ஏழு போட்டிகளில் (ஆடல், பாடல், கவிதை, கட்டுரை, வேண்டாத பொருட்களைக் கொண்டு அலங்காரப் பொருட்கள் செய்தல், பேச்சுப் போட்டி, வினாடி வினா) தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டு கேரளா (மாநிலத் தேர்வுக்கு) சென்று வந்தாள். அதே ஆண்டு அவர்கள் நடத்திய (வெட் லேண்ட்ஸ்) ஆராய்ச்சிக்காக மத்தியப் பிரதேசம் சென்று வந்தாள். அவள் படிக்கும் பள்ளியிலிருந்து சாரணியப் பயிற்சிக்காக ராய்பூர் சென்று வந்தாள்.



என்னைப் பெற்றவர்களும், உறவினர்களும், மற்றவர்களும் அவளைப் பாராட்டிய போது அவளைப் பெற்றெடுத்த நாளை விட மகிழ்ந்தேன். ஆனால் அதையும் விட குறிப்பிட வேண்டியது -

என்னை, "அம்மா உன் ஆசைப்படி தமிழ்ப் புலவராகப் படியேன்" என்றபோது என் தாயே ஆசியளித்ததாகப் புளங்காகிதம் அடைந்தேன். இதோ இன்று நான் ஒரு எம்.ஏ. பட்டதாரி, எம்.ஃபில். படிக்கும் மாணவி, சாரணி இயக்கத்தின் கேப்டனாகப் பயிற்சி பெற்றேன். எல்லாம் என் மகள் தந்த ஊக்கத்தால். 'மதர்ஸ் டே' அன்று எனக்கு அவள் எழுதிய கவிதைப் பரிசு -

அம்மா நான் உன்னில் வளர
அன்பாய் கரு தந்தாய்
உணவு தந்து உரு தந்தாய்
உயிர்தந்து எனை ஈந்தாய்
உலகில் வளர்ந்திட உனையே
தந்தாய்
விழுந்த போது கை தந்தாய்
எழுந்த போது நீ நிமிர்ந்தாய்
உன்னில் நான் வளர்ந்தேன்
என்னில் நீ உயர்ந்(த)தாய்

— அனுராதா பாலாஜி

"எது எது எப்படி எப்படி நடக்கணும்னு இருக்கோ அது அது அப்படித்தான் நடக்கும்...'' - வேதாந்தத்தின் சாயல் தெரிய, பூரணி இப்படிப் பேசுகிறபோதெல்லாம் பொத்துக் கொண்டு வரும் குருவுக்கு அடக்க முடியாத கோபச் சீறல் அவனிடமிருந்து வெடிக்கும்.

"வெட்டியாகக் கிடக்கிறவங்க பேசுறப் பேச்சு இது. நடக்கிறதெல்லாம் அதது இஷ்டத்துக்கு நடந்து தொலைக்கிறதுக்கு மனுஷனுக்கு எதுக்கு மூளை, அறிவு... இதெல்லாம்? விட்டேத்தியா விட்டுடறதுக்கா? எதெது எப்படியெப்படி நடக்கணுமோ அததை அப்படியப்படி நடத்திக்கிறதுக்குத்தான்..''

தர்க்கரீதியாகக் காரணங்களை அடுக்கித் தன் தரப்பு வாதத்தைக் காட்டமாகச் சொல்லுவான். பூரணி ஒருபோதும் சமாதானப்பட்டதில்லை. பதிலுக்கு எதிர்வாதமும் செய்ய மாட்டாள். குருவின் அனைத்து விதமான கேள்விகளுக்கும் விளக்கங்களுக்கும் அவளிடம் சின்னதாக ஒரு சிரிப்பு மட்டுமே.

இந்த விஷயம் இந்தப் பொழுதில் இந்த விதமாக நிகழ வேண்டும் என்று முன் கூட்டியே திட்டமிட்டு விட வேண்டும் குருவுக்கு. இம்மி பிசகாமல் இட்ட இட்டபடி எல்லாமும் நிகழ்ந்தேறவும் வேண்டும். நிகழ்த்தியும் விடுவான் அவன்.

அத்தியும், குறிஞ்சியும் ஒன்றாகப் பூக்கும் ஒரு அபூர்வப் பொழுதில் குழந்தைகளோடு திரைப்படத்துக்குப் புறப்படுவார்கள் குருவும், பூரணியும். இடு

வர்ஷா





அது அப்படித்தான் நடக்கும்!...

மென்று வந்து நிற்கும் எந்த இழை என்று சொல்லி விட முடியாத ஏதேனும் சில உறவு நூல்!

"ம்... நாம சினிமா பார்த்த மாதிரிதான்..." வழக்கம் போல் பூரணியிடம் தத்துவ வாசனை வீசும்.

அசர மாட்டான் குரு. வீட்டுச் சாவியை வந்தவர்களின் கைகளில் திணிப்பான். திகைத்துக் கிடப்பவர்களிடம், "ஒரு மாசத்துக்கு முன்னாடி புக் பண்ணது. இன்னைக்கு விட்டா மறுபடி எங்களுக்கு நேரம் கிடைக்கிறது சிரமம். தப்பா நினைச்சுக்காதீங்க.இது உங்க வீடு மாதிரி. காபி, டிபன் எது வேணும்னாலும் செஞ்சு சாப்பிடுங்க. போகும்போது சாவியை எதிர் வீட்டில் கொடுத்துட்டுப் போயிடுங்க..."

வந்தவர்களைக் கலவரம் பற்றிக் கொள்ளும். "இ... இன்னொரு சமயம் வர்றோம்..." புறப்படுகிறவர்களின் களையிழந்த முகங்களைத் துரத்தும் குருவின், "போன் பண்ணிட்டு வாங்க..."

'நடப்பதுதான் நடக்கும் என்பாயே! நடக்க வேண்டியதை நடத்தி விட்டேன் பார்த்தாயா...!' - குருவின் கர்வப் பார்வை பூரணியின் மேல் பாயும். பதிலுக்கு அவளோ இவனை வேறு விதமாகப் பார்ப்பாள். அது தனி விஷயம். ஆனால் குருவைப் பொறுத்தவரை 'நடப்பதுதான் நடக்கும்' என்கிற பூரணியின் சித்தாந்தம் ஒத்துக் கொள்ள முடியாத ஒன்று. கொஞ்சம் கூடச் சகிக்க முடியாத ஒன்று.

தன் படிப்பு, வேலை என எல்லாவற்றையும் தொலைநோக்குப் பார்வையோடு திட்டமிட்டு அதன்படியே நிறைவேற்றியும் விட்டவன் குரு.

"என்னடா குரு, கல்யாணத்துக்குப் போய் இப்படி கண்டிஷன் போடறே, சரியா வருமா?" குருவின் திட்டமிடுகிற தீவிரத்தால் அவன் திருமணத்தின் போது அவன் தந்தை கலவரப்பட நேர்ந்தது.

"ஏப்ரலில் டிபார்ட்மெண்ட் எக்ஸாம் இருக்கு. ஜனவரிக்குள் கல்யாணத்தை முடிச்சிடுங்க. அப்பத்தான் கல்யாண கலாட்டா முடிஞ்சு என்னால கான்சன்ட்ரேஷனோட படிக்க முடியும்..."

குருவின் திருமணத் திட்டம் செயல் வடிவம் பெறுவதில் இடைஞ்சல் வரத்தான் செய்தது.

"அந்த வசந்தாவுக்கு நம்ம குருவைப் பிடிக்கலையாம். தலை வழுக்கையா இருக்காம். பார்த்தா வயசானவராத் தெரியுதாம்..!"

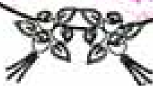
தரகர் தெரிவித்ததைக் கேட்டுச் சிரித்தான் குரு. பெண்கள்!

மகனிடம் வலியை எதிர்பார்த்துக் கலங்கியப் பெற்றவர்கள், அவனே வசந்தாவின் நிராகரிப்பை இலகுவாக எடுத்துக் கொண்ட



திருமதி எஸ். ஜோதி :
(நடிகை மௌனிகாவின் தாயார்)

"சினிமாவில் நடிக்க வேண்டும் என்று நான் மிகவும் ஆசைப்பட்ட ஒரு காலம் உண்டு. ஆனால் என்னால் வர முடியவில்லை. என் மூத்த மகள் தேவியாவது ஒரு நடிகையாக வரவேண்டுமே என்று ஆசைப்பட்டேன். அவளால் டப்பிங் ஆர்ட்டிஸ்டாகத்தான் வர முடிந்தது. ஆனால் என் சின்னப் பெண் மௌனிகாவின் மனதில் சினிமாவில் நடிக்க வேண்டும் என்கிற ஆசை இருந்ததே எனக்குத் தெரியாது. பிறகு அவளுக்கு 'உன் கண்ணில் நீர் வழிந்தால்' என்கிற பாலு மகேந்திராவின் படத்திற்கு அழைப்பு வந்த போது நான் மிகவும் சந்தோஷப்பட்டேன். பாலு சார் மிகப் பெரிய கலைஞராச்சே, அவர் படத்தில் நடிக்க வாய்ப்புக் கிடைத்தால் எத்தனை அதிர்ஷ்டம் என்ற நினைப்பில் ராத்திரி முழுவதும் தூக்கமே இல்லை. அடுத்த நாள் இண்டர்வ்யூவிற்குச் சென்ற போது கூட்டமாக நிறைய பெண்கள் சிவப்பாக, உயரமாக, காத்திருந்ததைப் பார்த்து என் சந்தோஷம் பயமாக மாறியது. சின்னதா, எலிக்குஞ்சு மாதிரி இருந்த என் பெண்ணிற்கு வாய்ப்பு எங்கே கிடைக்கப் போகிறது என்று கவலைப்பட்டேன். பாலு சார் இரண்டு முறை மௌனிகாவை ஸ்டில்ஸ் எடுக்கக் கூப்பிட்டு விட்டு அவளைத் தேர்வு செய்த போது அளவில்லாத மகிழ்ச்சியடைந்தேன். எனக்கு நிறைவேறாத ஆசை என் சின்னப் பெண்ணிற்கு நிறைவேறியபோது சந்தோஷத்தில் திக்குமுக்காடிப் போய் விட்டேன்."



தில் தாங்களும் சமாதானமானார்கள்.

"போகுது விடு குரு. பேங்க் வேலை. கைநிறையச் சம்பளம். கொடுத்து வைக்கலை அந்த வசந்தாவுக்கு. இவ இல்லேன்னா வேற பொண்ணு..."

"எந்தப் பொண்ணுன்னாலும் எனக்கு ஓகேதான். கல்யாணம் இந்த மாதத்துக்குள் முடியணும். இல்லேன்னா... அடுத்த வருஷம்தான்." என்றான் குரு, தன்னுடைய ட்ரேட் மார்க் இட்டவட்டமான குரலில்.

குரலுக்குப் பழகிய குருவின் பெற்றவர்கள் அவசரமாகப் பரபரத்ததில் சிக்கியவள்தான் பூரணி.

'டிபார்ட்மெண்ட் எக்ஸாமை நல்லா எழுதணும். சீக்கிரமா ப்ரமோஷனை வாங்கிடணும்...' - முதலிரவு அறையில், புது மனைவியின் வரவுக்காகக் காத்திருக்கிற ரொமான்டிக் பொழுதில் போய் இப்படியாக நினைத்துக் கொண்டிருந்தவன் குருவாக மட்டும்தானிருப்பான்.

பால் சொம்பு 'ணங்.... ணங்... ணங்..' என்று ஒருவித ரிதமிக் ஓசையோடு கீழே உருண்டது. கைகளால் காதுகளை மூடிக் கொண்டு நின்றிருந்தாள் பூரணி. முகம் முழுக்க பயம்.

"ஸா.. ஸாரி. நீ வந்ததைக் கவனிக்காமல் திரும்பிட்டேனே. கூப்பிட்டிருக்கலாமில்லையா? பார் உன் புதுப் பட்டுப் புடவையெல்லாம் பாலைக் கொட்டிப் பாழடிச்சிட்டேன்..."

"போகுது விடுங்க. என்ன நடக்கணும்னு இருக்கோ அது நடந்துதானே தீரும்?" - புது மனைவியின் வாயிலிருந்து முதன் முதலாக வேதாந்தம் கேட்க நேர்ந்தது குருவுக்கு. அதுவும் அவனுக்கு அடியோடு பிடிக்காத, அவன் கொள்கைக்கு முற்றிலும் விரோதமான ஒரு வேதாந்தம்.

ஆறு ஆண்டுகள் வேதாந்தி பூரணியோடு செலவழித்தபின்னும் திட்டமிடல் திலகம் குரு மாறவேயில்லை. எல்லாமே என் கையில்தான் என்கிற ரீதியில் சிந்திக்கிற அவனைப் பூரணியால் மாற்றவும் முடியவில்லை.

"ஸாரி ஃபார் தி டிஸ்டர்பன்ஸ். ஐயாம் விஜய். எதிர் வீட்டுக்குக் குடி வந்திருக்கோம். இன்னைக்குத்தான் பால் காய்ச்சறோம். வீட்டில் மேட்ச் பாக்ஸ் இல்லை. எர்லி மார்னிங்... கடை எதுவும் இன்னும் திறக்கலை. உங்ககிட்ட வாங்கிட்டுப் போகலாம்னு..." ஒரு அதிகாலை நேரம் குரு வீட்டு வாசலில் தெரிந்தான் அந்த இளைஞன். முகம் ஒரு நிரந்தரப் புன்னகையுடன் பிரகாசமாக இருந்தது.

''இந்தப் பால் தூய்மையானதா ?''

ஒவ்வொரு நாளும் பல்வேறு வழிகளில் உங்கள் குடும்பத்தினர் பால் பருகுவதை நீங்கள் உறுதி செய்கிறீர்கள். ஆனால், ஒரு முறை கூட அவர்கள் ''இந்தப் பால் தூய்மையானதா'' என்று கேட்டதில்லை. உங்கள் மேல் அவர்களுக்கு இருக்கும் அசைக்க முடியாத நம்பிக்கை தான் இதற்குக் காரணம். அந்த நம்பிக்கை உங்கள் மீது என்றும் நிலவுமாறு புதிய நெஸ்லே மில்க் உங்களுக்கு உதவுகிறது. ஒரு முற்போக்கான 'ஹீட் டிரீட்மெண்ட்' மூலமாக பாலிலுள்ள கிருமிகள் அனைத்தும் கொல்லப்படுகின்றன. மேலும் இந்தப் பால் 45 கடுமையான தரக்கட்டுப்பாடுகளுக்கு உட்படுத்தப்படுவதால், உங்கள் குடும்பத்தினருக்கு எந்தவித தீங்கும் ஏற்படாதென்பது உறுதிப்படுத்தப்படுகிறது. இதுமட்டுமல்ல, இது முற்றிலும் இயற்கையானது. ஏனெனில், எந்தவித பாதுகாக்கும் பொருளும் இதில் சேர்க்கப்படுவதில்லை. அதனால்தான் அனைத்து போஷாக்குடனும், முழுமையான சுவையுடனும் இந்தப் பால் உங்களிடம் வந்து சேருகிறது. உங்கள் குடும்பம் உங்களுக்கு ''தேங்க் யு அம்மா'' என்று சொல்வதும் இதனால் தான்.







நெஸ்லே மில்க். எல்லாமே தூய்மைதான்.

வீடுகளில் டெலிவரி செய்ய தயவு செய்து அணுகவும் : **சென்னை** : 9632-715194, 9632-715195.

"இதிலென்ன சார் டிஸ்டர்பன்ஸ்? பூரணி, மேட்ச் பாக்ஸ் எடுத்துட்டு வாயேன்..."

சம்பிரதாய நன்றிகளுக்குப் பிறகு புறப்பட்டுப் போனான் விஜய்.

"யாருங்க அது? படு ஸ்மார்ட்டா இருக்கார். விசாரிங்களேன். என் சித்திப் பொண்ணு ஒருத்தி இருக்கா. அவளுக்குப் பார்க்கலாம்..."

பெண்கள்! "ம்... விசாரிக்கிறேன்..." என்றான் குரு.

விசாரித்ததில் தான் தெரிந்து கொண்ட ஆயிரம் வோல்டேஜ் அதிர்ச்சி சமாச்சாரத்தைப் பூரணியிடமும் சொன்னான். சுலபத்தில் நம்பவில்லை அவள்.

"நிஜமாவா? அவருக்குக் கல்யாணம் ஆயிடுச்சா? பார்த்தா தெரியவே இல்லை."

கிச்சனில் பூரணி மசால் வடைபோடும், ஹாலில் குரு கிராஸ்வேர்டோடும் மல்லுக் கட்டிக் கொண்டிருந்த ஒரு மாலை நேரம் -

"பூரணி..." வாசலில் அழைத்த பெண் குரல் குருவுக்குப் புதுசாயிருந்தது.

"யாரு?"

கேள்வி கேட்ட குருவைப் பார்த்த அந்தப் பெண்ணின் முகம் சட்டென்று மாறியது. சுட்ட சுண்ணாம்பாக வெளுத்தது.

"நான்... எதிர்வீட்டில் விஜய் மனைவி. சாவி இங்கே..." - பேச்சு திக்கித் திணறியது. வார்த்தைகள் தவிப்போடு தெறித்தன.

குருவின் மூளை வேகமாக யோசித்தது. இவளை... இந்தப் பெண்ணை இதற்கு முன் எங்கோ பார்த்திருக்கிறேனே. பார்வையை அந்தப் பெண்ணின் மேலேயே நங்கூரமாகப் பாய்ச்சினான். "உங்களை... நான்..."

அதற்குள், "யாரு?" எட்டிப் பார்த்த பூரணி, "நீங்களா? இருங்க சாவி எடுத்துட்டு வர்றேன்" மறுபடி உள்ளே போனாள்.

ஞாபக செல்களைப் புரட்டிக் கொண்டிருந்த குரு சட்டென உற்சாகமானான். "நீங்க வசந்தாதானே?" கண்டுபிடித்து விட்ட உற்சாகம்.

"ஆ... ஆமாம்..." அந்தப் பெண்ணின் குரலில் ஒருவிதமான சங்கடம்.

"விஜய் உங்க ஹஸ்பெண்டா? அவரை நான் ஏற்கெனவே மீட் பண்ணியாச்சு. உங்களை இப்பத்தான் பார்க்கிறேன்..."

சாவியோடு வந்தாள் பூரணி. "வசந்தாவை உங்களுக்கு ஏற்கெனவே தெரியுமா?"

"ஆமாம் பூரணி."

"சொந்தமா?"

"இல்லை பூரணி. அது வந்து... எப்படின்னா..." குரு தொடரும் முன், "நான் வர்றேன்..." பூரணியிடமிருந்து சாவியை உருவிக் கொண்டு போயே விட்டாள் வசந்தா.

"என்னங்க இது? நீங்க தெரிஞ்சவங்கன்னு சொல்றீங்க. அந்த வசந்தா என்னடான்னா நின்னு நிதானிச்சு பேசக் கூட செய்யாம மூஞ்சியை இந்தத் திருப்புத் திருப்பிக்கிட்டுப் போறாங்க..."

"வேறொண்ணுமில்லை பூரணி. எனக்காக அவங்களைப் பார்த்தாங்க. அவங்க என்னைப் பிடிக்கலைன்னு சொல்லிட்டாங்க. அதான் என்னைப் பார்த்ததும் சங்கடமாயிட்டாங்க போல..."

"ஒஹோ..." அசுவாரஸ்யமாகச் சொல்லி விட்டு மசால் வடையைப் பார்க்கப் போய் விட்டாள் பூரணி.

"பொட்டுக்கடலை... அரை கிலோ பாக்கெட் ரெண்டு கொடுப்பா..."

"ஏன் சார், ஒரு கிலோ பாக்கெட்டாவே வாங்கிக்க வேண்டியதுதானே?"

"பாக்கெட்டைப் பிரிச்சா நமுத்துடுத்தாம். ஒண்ணு தீர்ந்ததும் இன்னொன்றைப் பிரிச்சுக்கு வாங்களாம். வீட்டில் சொல்றாங்கப்பா. ரெண்டு பாக்கெட்டா கொடுத்துடேன்..." கடைக்காரரிடம் சொல்லி விட்டு குரு திரும்ப, பின்னாடி வசந்தா!

"ஹலோ..." இயல்பாகப் புன்னகைத்தான்.

"ஹலோ..." வசந்தாவிடமும் ஒரு புன்னகை, வெகு தயக்கத்துடன்.

"கொடுங்க.. வச்சுக்கிறேன்..." வசந்தாவின் பொருட்களையும் சுவாதீனமாக வாங்கிக் கொண்டான் குரு.

"உங்களுக்கெதுக்கு சிரமம்?"

"இதிலென்ன சிரமம்? பைக்தானே சுமக்கப் போகுது... இதோ, முனை திரும்பினா வீடு..." பஜாஜை தள்ளிக் கொண்டே பேசினான் குரு.

மௌனமாக நகர்ந்த சில தப்படிகளுக்குப் பின் வசந்தாவே பேசினாள்:

"உங்க வீட்டு வாசலில் ரெண்டு வாண்டுங்க எப்பவும் கொட்டமடிச்சிகிட்டே இருக்கே...?"

"ம்... என் பசங்கதான். ப்ரவீண்.. ப்ரீத்தி.. ரெண்டும் ரெட்டை வாலு. வீட்டுக்குள்ளே சமாளிக்க முடியாம அப்பப்ப வெளியில் விரட்டி விட்டுடுவோம்.. ஆமா வசந்தா உங்களுக்குக் குழந்தைங்க..."

"இ... இல்லை"

'ச்ச கேட்டிருக்கக் கூடாது...' - குருவின் அவசர நாக்கு சங்கடப்பட்டது. பிராயச்சித்த மாக, "இப்ப இல்லேன்னா என்ன? இனிமே பொறந்துட்டுப் போகுது... அப்படி என்ன வய சாயிடுச்சு உங்களுக்கும் விஜய்க்கும்..."

"ம்ஹூம். பொறக்காது..." வசந்தாவின் விழிகள் தூரத்தில் நிலைகுத்தியிருந்தன. "இனிமே எங்களுக்குக் குழந்தையே பொறக்காதுன்னு டாக்டர்ஸ் கையை விரிச்சிட்டாங்க..."

உள்ளம் இரக்கப்பட்டது. ஆதரவாக ஏதாவது சொல்ல வேண்டும் போல் தோன்றியது. என்ன சொல்வது என்பதுதான் புரிபடவில்லை.

'யாரிடம் பிரச்சனையாக இருக்கும்?' மூளை அநாகரிகமாகக் கேள்வி கேட்டாலும் மனசு மனிதாபிமானத்தோடு கண்டித்ததில் எதுவும் பேசாமல் மௌனமாக இருந்து விட்டான் குரு.

'நடக்க வேண்டியதை நம் இஷ்டப்படி நடத்திக் கொள்வதுதான் புத்திசாலித்தனம். மாறாக நடந்தால் விட்டு விடுவதா என்ன? என் திருமணம் உட்பட அனைத்தையும் என் திட்டப்படி அல்லவா நடத்தி முடித்தேன்?' -அடிக்கடி அவன் தனக்குள்ளும் பூரணியிடமும் பேசுகிற அவனது கர்வ வசனம் அவனுக்கு முன்னால் வந்து நின்று கொண்டு அவனைப் பார்த்து எக்காளமாகச் சிரித்தது.

எல்லாமே என் திட்டப்படிதான் என்று அதீத கர்வத்தோடு இருக்கிறேனே? வசந்தாவுக்கு நான் கிடையாது. எனக்குப் பூரணிதான். எனக்கும் பூரணிக்கும் ப்ரீத்தியும் ப்ரவீனும்... இதெல்லாம் யார் வகுத்த திட்டம்?

யோசிக்க யோசிக்க ஏதோ தெளிவாகப் புரிவது மாதிரி தோன்றியது குருவுக்கு.

"ஏங்க, ஏலக்காய் எங்கே காணோம்? பில்லில் இருக்கு. பைக்குள் இல்லை. பார்த்து வாங்கக் கூடாதா?" பூரணியின் குரலில் யோசனைகளிலிருந்து மீண்டான் குரு.

"நடப்பதுதான் நடக்கும் பூரணி!"

"எ-ன்-ன-து?"

"நீ சொல்றது சரி பூரணி. எது எது எப்படி எப்படி நடக்கணும்னு இருக்கோ அது அது அப்படித்தான் நடக்கும்..." என்றான் குரு, பூரணியின் கைகளைப் பிடித்துக் கொண்டே...! ❑

காலிஃப்ளவரை குருமா மற்றும் சப்ஜி போன்றவற்றில் போடும் போது அப்படியே போட்டால் குழைந்து மாவாய் உருத்தெரியாமல் போயிடும். எண்ணெயில் லேசாக ப்ரை பண்ணிப் போட்டால் பார்ப்பதற்கும், சுவைப்பதற்கும் நன்றாக இருக்கும்.

- ரமா சேகர்.



வலது பக்கம் ஒருக்களித்து



கடைசியாக என்ன சொன்னேன்... படுக்கையிலேயே கிடந்தால் பெட்ஸோர் வந்து விடும் என்று சொன்னேன்.

எப்பொழுது பக்கவாதத்தினால் படுக்கிறோமோ உடனடியாக டாக்டர்கள் தீவிர கவனத்துடன் இருப்பது இந்தப் படுக்கைப் புண் விஷயத்தில்தான். 'நெருப்பு சுட்ட காயத்திலே தேளும் கொட்டினாற்போன்று' என்கிற பழமொழி தெரியுமா... அது - இந்தப் 'படுக்கைப் புண்'ணுக்காகவே ஏற்பட்டது கமலா...

சாதாரணமாய், பக்கவாதமில்லாமல் வேறு எந்த நோயினால் படுத்தாலும் அதிகப் புரளாமல் ஒரே மாதிரியாகப் படுக்கிற நோயாளிகளுக்கு இது வரும்...

"உனக்கு வந்துதாமா?"

இப்படிக் கேட்பது தாம்பரம் சுப்புலட்சுமி பாட்டி. வந்தது...

ஆனால், பக்கவாதப் படுக்கையின்

ரங்கநாதர் சேவை

போது இல்லை. இதய அறுவை சிகிச்சை முடிந்த பிறகு மூன்றே மூன்று நாள் நினைவின்றி, கட்டையாய் கிடந்தேன் அல்லவா.. அந்தச் சமயத்தில் மாட்டிக் கொண்டேன்!

இருந்தாலும் இதை - இங்கேயே சொல்வதற்குக் காரணம் இந்த மாதிரி கை கால் வராத நிலையில் இருப்பவர்களைத்தான் இதுவும் தேடி வரும்.

''அது... வயசான பாட்டி... தாத்தாக்களுக்குத்தானே வரும் அனு? எங்க மாமனாருக்கு வந்தது... கடைசி காலத்துல ரொம்பவும் சிரமப்பட்டார்..''



ஆடம் தெரு பார்வதி.

'வயது ஒரு தடையே இல்லை' - இந்த உற்சாகமூட்டும் பிரபலமான வார்த்தையை இங்கே, கொஞ்சம் சோகத்தோடு, ஒரேயொரு ஒற்றை வயலினின் இழுப்போடு சொல்கிறேன்.

"ரத்த அழுத்தக்காராளுக்குக் கூடவா இது வரும்? சர்க்கரை வியாதிக்குத்தான் சொல்லுவா..''

- நம்ம ஃப்ரெண்ட், ராஜி மாமிதான்.

படுக்கைப் புண்ணுக்கு எப்படி வயது பேதம் கிடையாதோ அது போல - வியாதி வித்தியாசமும் கிடையாது.

உடம்புக்குள் சுற்றிச் சுற்றி வருகிற ரத்தம் - ரத்த அழுத்தத்தினாலும் குறையலாம். சர்க்கரை நோயினாலும் குறையலாம். அப்படி குறையும்

அனுராதா ரமணன்

போது - நமது மேல் தோலில் உள்ள மிகச் சிறிய நுணுக்குகள் வரையில் உலாவர ரத்தம் போதாமல் போய் விடுகிறது.

"ஏக்கரா கணக்காத் தோட்டம் போட்டிருக்கோம்மே.. தம்மாத்தூண்டு வாளியாலே ரெண்டு தபா தண்ணி ஊத்தினா போதுமாம்மே... காலடி மண்ணு கூட நனையலையே..''

கூவ மாட்டியா மங்காத்தா?

அது போலத்தான் இதுவும்.

ஏற்கெனவே சப்ளை கம்மி. போதாக் குறைக்குக் கையோ, காலோ, பின் இடுப்போ அழுத்த்த்த்தமாய் படுக்கையோடு பதியும் போது... எலும்புக்கும் தோலுக்கும் நடுவில் இருக்கிற தசை போன்ற பகுதி அப்படியே நசுங்குகிறது.

ஒரு ஸ்பான்ஞ்சை எடுத்து, தண்ணீரில் நனையுங்கள் - அப்படியே 'கப்'பென, தரையோடு சேர்த்து அழுத்தி, சிறிது நேரம் வைத்திருங்கள்.

ஸ்பாஞ்சில் உள்ள தண்ணீர் வெளியேறி கைக்கும், தரைக்கும் நடுவில் ஸ்பாஞ்ச் 'பசக்'கென நசுங்காதா?

(அப்பாடா... எத்தனை விவரமான விளக்கம்?)

அதேதான் இங்கேயும். இப்படி நசுக்கப் பட்ட பகுதிக்கு ரத்தம் சகஜமாய்ப் போய் வர முடியவில்லை என்றால்... அங்கிருக்கிற தசை மட்டுமின்றி எலும்புக்கும், தோலுக்கும், சம்பந் தப்பட்ட மெல்லிய ரத்த நாளங்கள் சிதை கிறது...

இயல்பாகவே ரத்த அழுத்தம், சர்க்கரை நோய் இவை உள்ளவர்களின் சருமம் மிகவும் மென்மையாக இருக்கும்.

இவர்களை யாரும் 'எருமை மாடே' என்று திட்ட முடியாது!

விக்கிரமாதித்தன் கதைகளில் ஒரு கதை... எவள் மிகவும் மென்மையானவள் என்பதைக் கண்டுபிடிக்க விக்கிரமாதித்தனுக்கு ஒரு போட்டி நடந்ததாமே.. மூன்று ராஜகுமாரிகள்.. அதில் ஒருத்திக்குப் பலகாத தூரத்துக்கு அப்பால் ஒலித்த ஒரு பேரிகையின் இரைச்ச லால் மயக்கம் ஏற்பட்டதாம். இன்னொருத் திக்கு நிலா வெளிச்சமே ஒத்துக் கொள்ளாது உடம்பு முழுக்கக் கொப்புளித்து விட்டதாம். மூன்றாமவளுக்கு ஏழு படுக்கையின் மீது படுத் திருந்தும், முதல் மெத்தையின் மீதிருந்த ஒரு 'காம்பு' அகற்றிய மல்லிகைப் பூவின் உறுத்தல் தாங்காமல் தேகம் புண்ணாயிற்றாம்..!

கடைசியில் இந்த சப்ரமஞ்ச சுந்தரியைத் தான் மிக மென்மையானவள் என்று விக்கிர மாதித்தன் தேர்ந்தெடுத்தானாம்...

அந்த அசடு அரசன் இப்போது இருந்தால் சொல்லியிருப்பேன்.

"முதல்லே அவ உடம்பைக் கவனிப்பா.. இந்த மாதிரி இருந்தா அப்புறம் பெட்ஸோர் வந்து அவஸ்தைபடுவா..!"

இதற்காகவே நாட்கணக்கில் ஆடாமல் அசையாமல் கிடக்கிற நோயாளிகளுக்கு, மருத்துவமனையில் தண்ணீர் படுக்கை தருவார் கள். வாட்டர் பெட் மிகப் பெரிய கோடீஸ் வரர்களின் வீடுகளில் இருக்குமாம்.

என்னைப் போன்ற நடுத்தரமெல்லாம் இதை எப்போதுதான் கண்ணால் பார்ப்பது? அதற்காகவே கடவுள் எனக்களித்த வரம் இந்த பெட்ஸோர்.

டாக்டர்கள் இதை பிரஷர் ஸோர் என்று தான் அழைக்கிறார்கள். அதாவது உடம்பின் அழுத்தத்தினால் ஏற்படுகிற புண் இது.

முக்கியமாக முழங்கால், நடு முதுகு, இடுப்பு, முழங்கை இதெல்லாம்தான் இந்தப் பாதிப்புக்கு உள்ளாகும் பிரதேசங்கள்.

"இதை எப்படிக் குணமாக்கறது?"

சித்ரா.. பயந்தாங்கொள்ளி. எதற்காக நடுங்கு கிறாய்... இதெல்லாம் ஒரு மனுஷிக்கு வர வேண் டாம்தான். வந்து விட்டது.. அடுத்தது என்ன என்று பார்ப்பாயா...

இதோடு மல்லுக்கு நிற்க பயங்கர பொறுமை வேண்டும்.

சாதாரணமாய் வயதாகி, படுக்கையோடு கிடப்பவர்களுக்கு அவர்களுடைய சுயநினை வுக்குத் தெரிய வராமலேயே சிறுநீர், மலம் எல் லாம் போகும். இவற்றை அவ்வப்போது சுத்தம் செய்து, பவுடர் போட்டு வைக்க வில்லை என்றால் புண் வரும். அரைகுறை பிரக்ஞையோடு இருப்பவர்களுக்கு எதுவும் தெரியாது.

ஆனால் மூன்றே நாள் ஆடாமல் அசையா மல் கிடந்து, நாலாவது நாள் எழுந்து நடக்கிற சமயத்தில், பின் முதுகு மரத்தட்டு மாதிரி இருந்த போது....

'ஒரேயடியாய் படுத்ததுதான். நடக்க நடக் கச் சரியாகி விடும்' என்றுதானே தோன்றும்? அப்படித்தான் தோன்றியது.

இரண்டு நாட்களில் மரத்துப் போன இடத் தில் கையகலத்துக்கு நெருப்பு சுட்டார்போல கறுப்பு....

"என்னக்கா இது!"

என் தம்பி மனைவி சாவித்திரி - கொஞ்சம் விவரம் தெரிந்தவள் - கேட்டாள்.

"தெரியலையே..!"

இதற்குப் பின் உலக வரைபடத்தில் இந்தி யாவைத் தேடுவது போல - என் இரண்டு தம்பி மனைவிகளும் என்னை நிற்க வைத்து, உடம்பு முழுக்கத் தேடினார்கள்.

இந்த நெருப்பு சுட்ட வடு தொட்டால், மேல் தோல் கையோடு வழண்டு வந்து விடும் போலிருந்தது. பின் முதுகு.. கால் கட்டை விரல் பக்கம் (இது, இதய அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு புரண்டு விடாமல் இருப்பதற்காக, கட்டை விரலை கட்டிலோடு சேர்த்துக் கட்டிய பகுதி) இப்படி அழுத்தமாய்...

தேவகி மருத்துவமனையில் - தோல் மருத்துவம் மற்றும் பிளாஸ்டிக் சர்ஜரி நிபுணர் டாக்டர் சதீஷ்குமார்தான் இது பற்றிய அறிவை எனக்குப் புகட்டினார்.

தயிர்ப் பச்சடி காய்கள், தேங்காய் இல்லை. ஒரு பிடி ஜவ்வரிசி எண்ணெயில் பொரித்து தயிரில் கலந்து கடுகு, பெருங்காயம் 2 பச்சை மிளகாய் தாளித்துப் பொடியாக நறுக்கிய கொத்துமல்லி தூவி பரிமாறினேன். ரசித்துச் சாப்பிட்டனர்.

- லக்ஷ்மி ஸ்ரீநிவாஸன்.





கோவை

ஸ்ரீ கிருஷ்ணா ஸ்வீட்ஸ்

வழங்கும்

தேசத்தின் குரல்!

காலை 8.30மணி
ஞாயிறு தோறும்

மகாத்மா காந்தி எப்படி பேசினார் ?

சுபாஷ் சந்திர போஸ் எப்படி உரையாற்றினார் ?

சுதந்திரம் வாங்கியவுடன் நேருவின் குரல் எப்படியிருந்தது?

சுதந்திரம் கொடுத்தவுடன் மவுண்ட் பேட்டன் குரல் எப்படியிருந்தது?

தன்னிகரற்ற மறைந்த தேசத்தலைவர்களின்
பேச்சுக்களை, அவர்தம் குரலிலேயே
அப்படியே வானொலியில் கேட்க, பொன்னான வாய்ப்பு இது !

தேசத்தின் குரல் !
வழங்குகிறார்கள் ஸ்ரீ கிருஷ்ணா ஸ்வீட்ஸ்.

ஒவ்வொரு ஞாயிறு அன்றும் காலை 8.30 மணிக்கு,
சென்னை, கோவை, திருச்சி, மதுரை,
வானொலி நிலையங்களில் கேட்டு மகிழுங்கள் !
தவறவிடக் கூடாத அரிய ... மிக அரிய.... வாய்ப்பு இது !

கோவை

ஸ்ரீ கிருஷ்ணா ஸ்வீட்ஸ்

PRODUCERS OF PURE GHEE SWEETS



திருமதி மஞ்சுளா டேவிட் :
(இசையமைப்பாளர்
டி. இமானின் அன்னை)

''சமீபத்தில் என் மகன் கல்லூரியில் இரண்டாவது ஆண்டும் படிப்பில் கல்லூரியிலேயே முதலாவதாக வந்தது எனக்குப் பெருமையாக இருக்கிறது. இசையுலகில் நல்ல பேரெடுத்து சம்பாதிக்கிறோமே என்பதால் அவன் படிப்பை விட்டு விடவில்லை. கடந்த இரண்டாண்டுகளாக முதல் ரேங்கில்தான் பாஸ் பண்ணிக் கொண்டிருக்கிறான்.

மற்ற பையன்கள் பள்ளியிலிருந்து வீடு திரும்பியவுடன் சைக்கிளில் விளையாட ஓட்டம் பிடிக்கும் போது இவன் மட்டும் மூன்றரை மணிக்குத் திரும்பினால் நாலரை மணிக்கு ஒவ்வொரு கிளாஸாகப் போவதற்குத் தயாராகி விடுவான். நான் மூன்று விதமான பைகளுடன் தயாராகக் காத்திருப்பேன். பியானோ, ஹிந்தி மற்றும் கம்ப்யூட்டர் கிளாஸிற்கு அவனுடன் ஆட்டோவில் கிளம்பி விடுவேன். இப்போது இமான், ஹிந்தியில் விஷாரத், உத்தராத் என்கிற மேற்படிப்பை முடித்திருக்கிறான். பியானோவில் எட்டு கிரேடையும் முடித்து விட்டான். இசையில் மட்டுமல்லாது படிப்பிலும் சிறந்து விளங்கும் என் மகனை நினைத்து நான் பூரிப்படையாத நாள் இல்லை.''





சாதாரணமாக இந்தப் பிரஷர்ஸோர்ஸ் முதலில் அழுத தட்பட்ட எலும்பிலிருந்து ஆரம்பிக்கிறது. பிறகுதான் தோலில் தன்னை அடையாளம் காட்டிக் கொள்கிறது.

எலும்பில் ஒரு ரூபாய் காசளவுக்குப் பாதிப்பு இருந்தால் தோல் பகுதியில் சின்ன துவரம் பருப்பு அளவுக்குக் கறுப்புத் திட்டு காணப்படும். எனக்கு வெளியே தெரிந்ததே உள்ளங்கை அளவுக்கு... அப்படியானால்?

டாக்டர்களின் கவலை முகத்திலேயே தெரிந்தது. இந்தப் புண்களின் வலி ஒரு பக்கம் - (அதாவது பின் முதுகில்) இதய அறுவை சிகிச்சையின் சிரமம் ஒரு பக்கம். மல்லாந்து படுக்க முடியாமல் போன போது, குப்புறவும் கவிழ்ந்து படுக்க முடியாமல் போயிற்று. டாக்டர் புண்ணின் மேல் தோல் வளர வளர கத்திரித்து எடுத்துக் கொண்டே இருப்பார். ஹைட்ரஜன் பொராக்ஸைடைத் தண்ணீரில் கலந்து, புண்ணின் மீது சிறிது சிறிதாக ஊற்றுவார்கள். நல்லவேளை... என் முதுகை நானே பார்த்துக் கொள்ள முடியாதது ஒரு சௌகர்யம்.

ஆனால் எனக்குப் பதில் என் அம்மா அழுவாள். எரிச்சல் தாளாமல் நான், என் நினைவில் நிற்கிற கடவுள் பெயரை எல்லாம் அழைப்பேன்தான்.

''ஐயோ... புகையறதே..''

- இது அம்மா.

''கவலைப்படாதீங்க. இந்த ஹைட்ரஜன் பொராக்ஸைடுதான் உள் வரைக்கும் போய் க்ளீன் பண்ணும். பபிள்ஸ் வரும். ரத்தப் போக்கைக் கட்டுப்படுத்தும் எரிச்சல் குறைய ஆயின்ட்மென்ட் போட்டுடுவோமே..''

டாக்டர் சதீஷ்குமார் மகாப் பொறுமைசாலி... எனக்கு இந்தச் சிகிச்சையைக் கண்ணும் கருத்துமாய் செய்த நர்ஸ் கோமதி, நர்ஸ் உமா இருவரும் கோவில் கட்டிக் கும்பிட வேண்டியவர்கள்தான்.

காயம் நேரிடையாகப் படுக்கையில் படாமல் இருக்க, பின்பக்கம் ஒரு தண்ணீர் வளையம்... வலதுபக்கமாகவே ஒருக்களித்து ரங்கநாதர் சேவை...

எரிச்சலில் சில நேரங்களில் அரற்றுவேன். சில சமயம் புதுசுப் புதுசாய் சந்தேகம் வரும்.

''இத்தனை பெரிய இடத்தைக் கத்தரிச்சுட்டாரே... மறுபடி தோல் வருமா... வராதா?''

''வரும். வரலையின்னா - வேற எங்கேயிருந்தாவது தோலை எடுத்து வச்சுத் தச்சுடலாம். காருக்கு பம்பர் போயிடுச்சுன்னா செய்யலையா... அப்படித்தான்.''

வெகு சுலபமான பதில். ஆனால் அதைக் கேட்டு விட்டு, நான் இரவு முழுக்கத் தூக்கம் வராமல் அவஸ்தைப்படுவேன்.

நடுவில் அம்மாவைச் சிரிக்க வைக்க ஏதாவது 'ஜோக்'கும் அடிப்பேன்.

''அம்மா... மகாவிஷ்ணுவுக்குக் கூட இந்தப் பிரச்னை இருக்குன்னு நினைக்கிறேன். பாரேன். அவரும் பாற்கடல்ங்கற வாட்டர் பெட்லேதான் படுத்திட்டிருக்கார். ஒருக்களிச்சுத்தான் படுக்கறார். அதனால... அவரும் என்னை

மாதிரியே அவஸ்தைப்படறார்னுதான் தோணறது. மகாலட்சுமியக் கேட்டாத் தெரியும்..."

"எப்படி இப்படிப் பேச முடியறது உன்னால...?"

"பேசணும்மா. இல்லையின்னா வலி தாங்காம அழுவேன்.."

அம்மாவுக்கு நெஞ்சு அடைக்கும். உடனே குஷிப்படுத்தா விட்டால் அது வேறு இம்சிக்கும் என்னை.

"அம்மா.."

"என்ன...?"

"பெரிய டாக்டர், சின்ன டாக்டர், மெடிகல் ஸ்டூடண்ட்ஸ் யார் வந்தாலும் என்னோட அனுமதி இல்லாமலேயே என் பின்னழகைப் பார்க்கறதை நான் பலமா ஆட்சேபிக்கிறேன்... இனிமே வர்றவங்க அவங்களோட தகுதி சான்றிதழோட வந்தால்தான் பார்க்கலாம்னு தீர்மானமாச் சொல்லிடு..."

இந்தப் பிரஷர்ஸோர் உடன் நான் நடத்திய போராட்டம் மாதக்கணக்கில் தொடர்ந்தது ரேவதி... என் அம்மாதான், நான் வீட்டுக்கு வந்த பிறகும் கூட, மருந்து போட்டு, 'கெட்டோ பாட்ச்' என்கிற பிளாஸ்டர் போட்டு என்னைப் பராமரித்தாள்.

''இப்படியாவது நான் உனக்கு வேணுமாம்மா''

ஒருநாள் நான் கேட்டதும், அம்மாவின் கண்ணீர் மூக்குத்தி முனையில் மிளுக்கியதும் என்னால் ஆயுசுக்கும் மறக்க முடியாத விஷயங்கள்.

ஆனால் - இதே அம்மா, நான் வீடு வந்து சேர்ந்த சில நாட்களில் - இதே பக்கவாதத்தில் பாதிக்கப்பட்டு படுத்த படுக்கையாகி விட்டதுதான் பெரிய சோகம்.

அம்மாவைப் பார்க்கத் தீவிர சிகிச்சைப் பிரிவுக்குப் போன போது - அம்மா, என்னைப் பார்த்துக் கேட்ட முதல் கேள்வி இதுதான :

''மருந்து யார் போட்டு விட்டா?''

'ஓ'வென அழுதேன்...

இப்போது, என் அனுபவங்கள், அம்மாவுக்கு உதவுகிறது... நான், அவளை புரட்டுகிறேன்.

''அம்மா... கொஞ்சம் புரண்டு படு.. இல்லே... என்னை மாதிரி சிரமப்பட வேண்டியிருக்கும்...''

மூளைப் பகுதியில் ஏற்படுகிற 'டிராஃபிக் ஜாம்'மின் இரண்டாவது பகுதியை அடுத்து, மூன்றாவது உச்சகட்டத்துக்குப் போகும் முன்... பிரஷர் ஸோர்ஸ் பற்றித் தெரிந்து கொள்ள வேண்டியது அவசியம் சுமித்ரா. வெறுமே படுத்துக் கிடப்பதில் இத்தனை பிரச்னை உண்டு எனத் தெரிந்தால் ஃபிஸியோதெரபி வேண்டாமெனச் சொல்ல மாட்டார்கள் அல்லவா... அடுத்த இதழ் வரையில், சும்மாவாவது படுக்கையில் படுத்தே இருப்பதைத் தவிருங்கள்.

(தொடரும்)

'அம்மா'வென



அகமகிழ்ந்தேன்

திருமதி எஸ். லக்ஷ்மி :
(பின்னணிப் பாடகி ஹரிணியின் தாயார்)

"ஹரிணிக்கு யு.கே.ஜி.யில் படிக்கும் போதே இருபத்தி ஏழு வர்ணம் தெரியும்! அன்றே எனக்கு இப்படி ஒரு மகள் பிறந்தது அளவில்லா சந்தோஷம். பதின்மூன்றாம் வயதில் 'சோலோ'வாக 'நிலா காய்கிறது' என்னும் பாட்டை இந்திரா படத்திற்காகப் பாடினாள். அப்போதும் சந்தோஷமாக இருந்தது. பிறகு அவளுக்கு 'மனம் விரும்புதே' பாடலுக்காக மாநில விருது கிடைத்தது





அவளது பதினேழாவது வயதில். அதையடுத்து சிங்கப்பூர் டெலிவிஷன் சில்வர் ஸ்க்ரீன் அவார்ட் 2000 ஆண்டின் சிறந்த பாடகியாக ஹரிணி தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டாள். இதையெல்லாம் விட ஹரிணி தங்கமான பெண். மனிதாபிமானம் நிறைந்தவள். ஒருமுறை நாங்கள் மலேசியாவில் ஒரு அனாதை ஆசிரமத்திற்குச் சென்ற போது எங்கள் கையிலும் அவள் கையிலும் இருந்த எல்லாப் பணத்தையும் அவர்களுக்குக் கொடுத்து விட்டாள். அவளுடைய நல்ல மனதிற்காகத்தான் கடவுள் புண்ணியத்தில் இன்று அவளுக்கு ஒரு அருமையான கணவர் அமைந்திருக்கிறார் என்று நினைக்கிறேன்."



செப்டெம்பர் மாத டைரீ

1.9.2002 - மைக்கேல் ஜாக்சன் பிறந்த நாள் (1959)

2.9.2002 - வியட்நாம் சுதந்திர தினம்

4.9.2002 - தாதாபாய் நௌரோஜி பிறந்த நாள் (1825)

5.9.2002 - ஆசிரியர் தினம். எஸ். ராதாகிருஷ்ணன் (1909), சங்கரதாஸ் சுவாமிகள் (1867), வ.உ.சி. (1872) ஆகியோர் பிறந்த நாள். அன்னை தெரசா நினைவு தினம் (1997)

7.9.2002 - எலிசபெத் மகாராணி பிறந்த நாள் (1533)

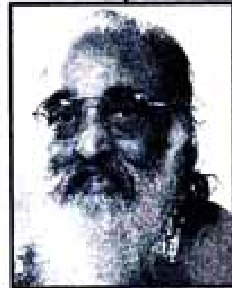
8.9.2002 - தேசிய கண்தான தினம், சர்வதேச கல்வியறிவு தினம், சுவாமி சிவானந்தா (1887), ஆஷா போஸ்லே (1935) தேவமாதா பிறந்த நாள்.

9.9.2002 - கல்கி கிருஷ்ணமூர்த்தி (1899), டால்ஸ்டாய் (1828) ஆர்.எம். வீரப்பன் (1926) ஆகியோர் பிறந்த நாள்

10.9.2002 - விநாயகர் சதுர்த்தி

11.9.2002 - மகாகவி பாரதி நினைவு தினம் (1921), ஆச்சாரிய வினோபாவே பிறந்த நாள் (1926)

14.9.2002 - ஹிந்தி தேசிய மொழியாக அறிவிக்கப்பட்ட நாள் (1949)



15.9.2002 - பேரறிஞர் அண்ணா (1909), தொழிற் சங்கத் தலைவர் கே.டி.கே. தங்கமணி (1914) பிறந்த நாள்



16.9.2002 - மெக்ஸிகோ சுதந்திர தினம். ஓசோன் படல பாதுகாப்பு நாள். எம்.எஸ். சுப்புலட்சுமி (1916), கே.பி. சுந்தராம்பாள், கி. ராஜநாராயணன் (1923), ப. சிதம்பரம் (1945)மன்னர் செங்கிஸ்கான் (1186) ஆகியோர் பிறந்த நாள்.

17.9.2002 - தந்தை பெரியார் (1879) பிறந்த நாள். தி.மு.க. உருவான நாள் (1949)

22.9.2002 - மைக்கேல் ஃபாரடே (1791), எழுத்தாளர் அசோகமித்திரன் (1930) பிறந்த நாள்.

26.9.2002 - ம.பொ.சி. (1906), திருக்குறள் முனுசாமி (1913) பிறந்த நாள். காது கேளாதோர் தினம்.



27.9.2002 - சி.பா. ஆதித்தனார் பிறந்த நாள் (1905), உலக சுற்றுலா தினம்

28.9.2002 - மாவீரன் பகத்சிங், லதா மங்கேஷ்கர் (1939) பிறந்த நாள்

30.9.2002 - ராஜா அண்ணாமலை செட்டியார் (1881), எம்.ஏ.எம். ராமசாமி செட்டியார் (1931) பிறந்த நாள். மாதவராவ் சிந்தியா நினைவு தினம் (2001), உலக இதய தினம்.

தொகுப்பு : க. **ஸ்ரீலட்சுமி**



நான் ஒரு ஆரம்பப் பள்ளியின் தலைமை ஆசிரியையாக வேலை பார்த்துக் கொண்டிருந்தேன். அதே பள்ளியில் எனது இரண்டாவது மகன் எல்.கே.ஜி. வகுப்பில் படித்துக் கொண்டிருந்தான். பள்ளி ஆண்டு விழா வந்தது. வழக்கம் போல் படிப்பில் தகுதி, விளையாட்டு என்று பலவற்றிற்குப் பரிசுகள் வழங்கப்பட்டன. நான் பெயர்களைப் படிக்க விழாவிற்குத் தலைமைதாங்கியவர் குழந்தைகளுக்குப் பரிசு வழங்கிக் கொண்டிருந்தார்.

முதல் வரிசையில் என் மகன் உட்கார்ந்து கொண்டிருந்தான். ஒவ்வொரு பெயராகக் கூப்பிடும் போதும் வகுப்பில் அட்டெண்டன்ஸ் எடுப்பது போல் வரிசையாக எல்லோர் பெயரையும் கூப்பிட்டுப் பரிசு கொடுக்கப் போகிறார்கள் என்று அவன் நினைத்திருக்கிறான். நேரம் செல்லச் செல்ல அவன் பொறுமை இழந்து, ''என் பெயர் மது, சார் என் பெயர் மது'' என்று எழுந்து நின்று உரக்கச் சொல்லிக் கொண்டிருந்தான். தன் பெயரைப் பரிசு வழங்குபவருக்கு ஞாபகப் படுத்துவதாக அவன் எண்ணம்.

வீட்டிற்கு வந்ததும், ''என் பெயரை ஏன் நீ கூப்பிடவேயில்லை?'' என்றான். ''உனக்கு நான் ஒரு புது பென்சில் பாக்ஸ் இப்ப பிரைஸ்

என் பெயர் மது

தரப் போறேனே'' என்று உற்சாகப்படுத்தினேன்.

''ஊஹூம். ஸ்கூல்லே கொடுத்தாத்தான் பிரைஸ். ஷேக் ஹேண்ட் கொடுப்பாங்க. எல்லோரும் கைதட்டுவாங்க. இது சும்மா'' என்றான். அந்தக் குழந்தையின் நியாயமான ஏக்கம் புரிந்தது. என் மகனைப் போலவே பரிசு கிடைக்காத அத்தனை குழந்தைகளுக்கும் இந்த ஏக்கம் நிச்சயம் இருந்திருக்கும்.

அடுத்த கமிட்டி மீட்டிங்கில் இதைப் பற்றி எடுத்துச் சொன்னேன். போட்டி, தகுதி, பரிசு என்பவை புரியாதது குழந்தைப் பருவம். தனக்கு மட்டும் கிடைக்கவில்லை என்ற ஏக்கம் பின்னால் வெறுப்பு, பொறாமை, தாழ்வுணர்ச்சிகளை ஏற்படுத்தும். அதன் பக்கவிளைவுகளாக இன்னும் பல வேண்டாதவையும் தோன்றும். தீய விளைவுகளுக்கு ஒரு பள்ளி காரணமாக இருக்கக் கூடாது என்று பேசினேன். பலன் அடுத்த ஆண்டிலிருந்து பரிசு பெறாத எல்லாக் குழந்தைகளுக்கும் லன்ச் பாக்ஸ், க்ரேயான்ஸ், பென்சில் பாக்ஸ் போன்றவை மேடையில் கைதட்டலுடன் வழங்கப்பட்டன.



- பத்மா



என் பெண் சமீபத்தில் பள்ளியில் நடந்த போட்டிகளில் (வயது 10) பல பரிசுகளைப் பெற்றாள். மிஸ் அவளிடம் மைக்கைக் கொடுத்து, ''உன்னை ஊக்குவிப்பது யார்?'' என்றவுடன் சிறிதும் தயங்காமல்,

''அம்மாதான் எனக்கு எல்லாம். பாடம் சொல்லித் தருவாள். ஃபர் பொம்மைகளை எல்லாம் நன்கு செய்வாள். மெஹந்தி நன்றாக இடுவாள். ஷட்டில் காக் எல்லாம் நன்றாக விளையாடுவாள். ரொம்ப டேலண்டட்'' என்று நான் சிறிதும் எதிர்பார்க்காத தருணத்தில் எல்லோர் முன்னிலையிலும் பெருமையாகப் பேசப் பேச நான் அடைந்த பெருமைக்கு ஈடே கிடையாது அப்படியே நெகிழ்ந்து போனேன்.

நான் அவளைப் பாராட்டுவதற்குப் பதிலாக அவள் என்னைப் பற்றிப் பேசினாள். 'என் மகள் சிறியவள். அவளுக்கு ஒன்றும் தெரியாது. நாம்தான் அவளை நன்கு கவனித்து வழி நடத்த வேண்டும்' என்று நினைத்திருந்த என்னை அவள் ஆழமாகக் கவனித்து அம்மாவைப் பற்றி எவ்வளவு தெரிந்து வைத்திருக்கிறாள் என்னும்போது மலைப்பாகவும் அதே சமயம் பெருமையாகவும் இருந்தது.

- கே.எஸ். கிருஷ்ணவேணி.

அம்மாவுக்குப் பாராட்டு!

வீட்டிலேயே பார்லர் அழகு



ஒருவரின் முக அழகைத் தீர்மானிப்பது அவரது சருமத்தின் நிறமே. இயற்கையாகச் சருமத்தில் உள்ள நிறத்தையும், கறுப்பாகவோ, பழுப்பு நிறமாகவோ சூரிய வெப்பம் ஆக்கி விடுகிறது. இவர்கள் தங்கள் இயற்கை நிறத்தைத் திரும்பப் பெறுவதற்கும், முகத்தையும் கழுத்து கை கால்களையும் பளிச்சென வைத்துக் கொள்ள 'ப்ளீச்சிங்' என்னும் அழகுக் கலை எவ்வாறு உதவுகிறது என்பதை விளக்குகிறார் திருமதி. மஹாலக்ஷ்மி.



"தோலின் மேல் உள்ள அழுக்கை நீக்கி தோலைப் பளபளப்பாக வைத்துக் கொள்வதையே 'ப்ளீச்சிங்' என்கிறோம். இதைச் செய்வதால் கறுப்பான நிறம் உள்ளவர்கள் சற்று நிறம் மாறி கொஞ்சம் கொஞ்சமாக முன்னேற்றமடைவார்கள். மாநிறமாக உள்ளவர்கள் ப்ளீச்சிங் செய்து கொள்வதால் அவர்களுக்கு இயற்கையான நிறம் வெளிப்படும். இந்தச் சிகிச்சையை மாதம் ஒருமுறை செய்து கொள்வது சருமத்திற்கு நல்லது.



'ப்ளீச்சிங்' செய்முறை இரு வகைப்படும். அவை இந்திய முறை ப்ளீச்சிங், வெளிநாட்டு முறை ப்ளீச்சிங். ப்ளீச்சிங் செய்வதால் முகத்தின் நிறத்தில் நல்ல முன்னேற்றம் தெரியும். சூரிய வெப்பத்தினால் பாதிக்கப்பட்ட சருமத்தில், ப்ளீச்சிங் செய்தால் உடனே முகத்தில் நல்ல மாறுதல் ஏற்படும். ப்ளீச்சிங் செய்வதால் முகத்தில் உள்ள எண்ணெய்ப் பசை நீங்கி முகம் பளிச்சென்று இருக்கும்.

சில குடும்பங்களில் பெற்றோர்கள் கறுப்பாக இருப்பார்கள். ஆனால் குழந்தைகள் நல்ல நிறமாக இருப்பார்கள். இதற்கு அக் குழந்தைகளுக்கு 'மெலனின் பிக்மென்ட்' குறைவாக இருக்கும். இதே போல் கறுப்பு நிறம் உடையவர்களுக்கு 'மெலனின் பிக்மென்ட்' அதிகமாக இருப்பதே காரணம். இவை பரம்பரையாக வரும். 'ப்ளீச்' செய்வதால் இயற்கையான நிறம் வெளிப்படுமே தவிர முகம் வெளுக்காது.

சிலருக்கு முகத்தில் காணப்படும் முடியின் காரணமாக முகத்தின் நிறம் கருமையாகத் தெரியும். முகத்தை ப்ளீச் செய்தால் அந்த முடிகள் பழுப்பு நிறமாகி விடும். அந்தப் பழுப்பு நிறம் சிலருக்குப் பிடிக்காது. அவர்கள் முடியினை 'ப்ளீச்' செய்யாமல் தனது சருமத்தின் நிறத்திற்கு ஏற்றபடி தரமான ப்ளீச்சிங் செய்து கொள்ள வேண்டும்.



ப்ளீச்சிங்கை மூலிகைகள் கொண்டு செய்யலாம். எங்கள் அழகு நிலையத்தில் முப்பத்தியைந்துவித மூலிகைகளைக் கொண்டு 'ப்ளீச்' செய்கிறோம். இல்லாவிட்டால் இரசாயனப் பொருட்களால் ஆன 'கெமிக்கல் ப்ளீச்' கொண்டு செய்யலாம். ஆனால் இதனைத் தரமான அழகு நிலையத்தில்தான் செய்து கொள்ள வேண்டும். தரமில்லாத 'கெமிக்கல் ப்ளீச்'சை செய்து கொண்டால் முகத்தில் அலர்ஜி, அரிப்பு, சிவப்பு நிறத் திட்டுக்கள் போன்ற பாதிப்புகள் ஏற்படும். மூலிகைகளிலான ப்ளீச்சை செய்வதால் உடனடி மாற்றம் தெரியாது. ஆனால் நாளாவட்டத்தில் நல்ல பலன் தெரியும். இதுவே கெமிக்கல் ப்ளீச் செய்து கொண்டால் உடனேயே பலன் தெரியும். ஆனால் கூடுமான வரை வெளிநாட்டிலிருந்து வாங்கிய உயர் தர, தரமான வகையைப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

வீட்டில் உள்ள பொருட்களையும், சில மூலிகைகளையும் கொண்டு ஒரு ஹெர்பல் 'பாக்' செய்து கொள்ளலாம்.

தேவையான பொருட்கள் :

பாசிப்பயறு - 200 கிராம்,

சம்பங்கி விதை - 50 கிராம்,

கார்போக அரிசி - 50 கிராம்,

கஸ்தூரி மஞ்சள் _ 50 கிராம்,

ஆவாரம் பூ - 25 கிராம்,

பூலான்கிழங்கு - 50 கிராம்,

கிச்சிலிக் கிழங்கு - 50 கிராம்,

எலுமிச்சை தேவையான அளவு.

இவற்றையெல்லாம் காயவைத்து அரைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதை ரோஸ் வாட்டரில் கலந்து முகத்தில் தினம் தேய்த்துக் குளித்து வர வேண்டும். இவ்வாறு செய்தால் கவனிக்கப்படாமல் விட்டு வைத்த, 'டல்'லாக உள்ள முகம் கூடப் பளிச்சென்று நாளடைவில் ஆகிவிடும்.

முகத்திற்கு அடுத்தபடியாக வெளியில் தெரிவது கழுத்துப் பகுதியே. சிலருக்குக் கழுத்துப் பகுதி மிகவும் கறுப்பாக இருக்கும். இவர்களுக்குக் கறுப்பான நிறம் ஏன் ஏற்படுகிறது? கழுத்தில் அணியும் சங்கிலியில் இருக்கும் இரசாயனத்திற்கும், முகத்திற்கும் கழுத்திற்கும் போடும் பவுடரில் உள்ள ரசாயனத்திற்கும் ஏற்படும் வேதியியல் மாற்றமே இந்தக் கருமை நிறத்திற்குக் காரணமாகிறது.

இவ்வாறான கருமை நிறத்தைப் போக்க சில வழிகள் உள்ளன.

• குளிக்கும் போது கழுத்துப் பகுதியைச் சுத்தப்படுத்தும் போது நன்றாகத் தேய்த்துக் குளிக்க வேண்டும்.

• கழுத்தில் போடும் நகைகளை வாரத்திற்கொருமுறை



ஐயப்பன் அம்மாவுக்கு அமிர்தாஞ்சன் போதுமே!

இந்தச் சம்பவம் நடந்த போது என் பெரிய பையனுக்கு 2½ வயது. இன்னும் ஸ்கூலில் போடவில்லை. சின்னக் குழந்தை. வேலையெல்லாம் முடிந்து ஒரே அலுப்பு. இவனுடன் ஓடியாட முடியாமல் பக்கத்தில் இருத்துப் படுக்க வைத்துக் கொண்டேன், சிறிது நேரம் ரெஸ்டாக இருக்கலாமென்று.

பக்கத்தில் படுக்க வைத்துக் கொண்டால் அவனுக்கு ஏதாவது கதை சொல்ல வேண்டும். அதில் ஏகப்பட்ட கேள்விகள், சந்தேகங்கள். அன்றும் கதை சொல்ல நச்சரிக்க, நான் ஐயப்பன் கதை சொல்ல ஆரம்பித்தேன். அந்தக் கதையில் ஐயப்பனின் அம்மா தன் பொய் தலைவலிக்குக்



காட்டுக்குள் சென்று புலிப்பால் எடுத்து வர வேண்டும் என்று நடித்து சூழ்ச்சி செய்து ஐயப்பனை அனுப்ப ஐயப்பன் தேவர்களைப் புலிகள் உருவில் நகரத்திற்குள் அழைத்து வருவது கதை. கதை முடியும் வரை அமைதியாகக் கேட்டுக் கொண்டிருந்தவன்,

"ஏம்மா தலைவலிக்கு அமிர்தாஞ்சன் தேய்த்துக் கொண்டு ஒரு மாத்திரைச் சாப்பிட்டால் போய் விடும். எதற்கு அந்த அம்மா ஐயப்பனைக் காட்டுக்குள் புலிகளிடம் அனுப்ப வேண்டும்? இது கூடத் தெரியவில்லை?!"

என்று ஒரு சுலபமான தீர்வு சொன்னதும் எனக்குப் பதில் சொல்லத் தெரியவில்லை. அதற்குத் தகுந்தாற்போல் எங்களுக்கும் மெடிக்கல் ஸ்டோர்தான். அப்பாவுக்குத் தப்பாமல் பிறந்துள்ளான் என்று அனைவரும் பின்னர் கேலி செய்ய ஒரே சிரிப்பலைதான்.

- என். கலைவாணி

"எனக்கு ஜலதோஷம் இருக்கா?"





சிறு வயதில் என் மகன் அனீஷை வெளியில் அழைத்துச் சென்றால் கண்ணில் படும் பொருட்களைக் கேட்கும் தொல்லை அவனிடம் இல்லை. ஆனால் பழச்சாறு அல்லது ஐஸ்கிரீம் அருந்துவதில் மட்டும் அவனுக்கு அலாதி பிரியம். ஆனால் அதற்காக தொந்தரவு செய்ய மாட்டான். ஐஸ்கிரீம் கடையையோ அல்லது பழச்சாறு கடையையோ தாண்டும் போது நாசூக்காக, "அம்மா எனக்கு ஜலதோஷம் இருக்கா?" என்று மட்டும் கேட்பான்.

ஏனென்றால் ஜலதோஷம் இருந்தால் அவனுக்கு நாங்கள் ஜூஸ் அல்லது ஐஸ்கிரீம் தரமாட்டோம் என்று தெரியும்.

இப்படி நாசூக்காகக் கேட்கும் குழந்தைக்கு வாங்கித் தராமல் எப்படி இருக்க முடியும்?

- ஜே. சுலேகா

நன்றாகச் சுத்தப்படுத்த வேண்டும்.

• ஓட்ஸ் மாவு, கோதுமை மாவு, பயற்ற மாவு ஆகிய மூன்றையும் 1 தேக்கரண்டி அளவு எலுமிச்சைச் சாறு கலந்து கழுத்தைச் சுற்றிப் 'பாக்' போல் போட்டு ஊறியதும் கழுவி விட வேண்டும்.

• கழுத்தில் மிக கனமான சங்கிலிகளைப் போடக்கூடாது.

• இவ்வாறு கருமை ஏற்படக்கூடியவர்கள் கவரிங் நகைகளை அணிவதைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

• கடலை மாவை அரைத்துக் கொண்டு நுரை பீர்க்கங்காய் உதவியுடன் தேய்த்துக் குளித்து வந்தால் உயிரற்றுப் போன இகக்கள் மறையும்.

• அன்னாசிப் பழத்தைக் கழுத்தில் கறுப்புப் பகுதி ஆகிய இடங்களில் முல்தானி மட்டியுடன் சேர்த்து நன்கு தேய்த்து வந்தால் நாளடைவில் கறுப்புப் பகுதி வெண்மையாகி விடும்.

• நாம் வீட்டில் பயன்படுத்தும் எலுமிச்சை மூடிகளை கழுத்தில் தேய்க்கலாம். இதே போல் கோஸ் இலைகளையும் தேய்க்கலாம். பப்பாளிக் காயை அரைத்துத் தேய்க்கலாம். இவற்றால் கருமை நிறம் மறையும்.

• தினமும் குளிக்க சோப்பைப் பயன்படுத்துவதை விட பயற்று மாவைப் பயன்படுத்தலாம். அப்படியே சோப்பைப் பயன்படுத்துவதுதான் வசதி என்றால் அதன் வாசனைக்காக தேர்ந்தெடுக்காமல் சருமத்திற்கேற்றபடி உபயோகிக்க வேண்டும்.

• வாரம் ஒருமுறையாவது கட்டாயம் உடல் முழுவதும் எண்ணெய்த் தேய்த்துக் குளிக்க வேண்டும்.

முகத்திலேயே நாம் அதிகம் கவனம் செலுத்தாததால் கருமை படியும் பாகம் நமது மூக்குப் பகுதி. மாவைக் கொண்டோ, சோப்பைக் கொண்டோ தேய்க்கும் போது இரு கன்னங்கள், நெற்றிப் பகுதியைத் தேய்க்கிறோமே தவிர மூக்குப் பகுதியையும், அதன் இரண்டு பக்கங்களையும், இடுக்குகளையும் தேய்க்க மறந்து விடுகிறோம். முகத்தைக் கழுவும் போது விரல்களின் நுனியைக் கொண்டு மூக்கின் பக்கவாட்டத்தில் மேலும், கீழுமாகத் தேய்க்க வேண்டும். அதிலும் குறிப்பாக கஸ்தூரி மஞ்சளுடன் பன்னீர் சேர்த்துத் தேய்ப்பது நல்லது. இரவில் வைட்டமின்-ஈ எண்ணெயை மூக்கின் பக்கவாட்டில் தடவி வந்தால் நல்ல மாறுதல் தெரியும்.

கை கால்கள் பகுதிக்கு ப்ளீச்சிங் செய்வது

கைகளும், வெளியே தெரியும் கால் பகுதிகளும் (அவரவர் உடைகள் அணிவதற்கேற்ப) சூரிய வெப்பத்தால் கருமை நிறமாகும். ஒரு மாதத்திற்கொரு முறை இப் பகுதிகளை ப்ளீச் செய்து கொள்வது நல்லது. வீட்டில் உள்ள சமையல் சோடாவைச் சிறிது தண்ணீரில் கரைத்து கறுத்த பகுதிகளின் மேல் தடவலாம். கடைகளில் கிடைக்கும் 'ப்யூமிக் ஸ்டோன்' கொண்டு சிறிது வெதுவெதுப்பான தண்ணீரில் ஊறவைத்துத் தேய்ப்பது நல்லது. கேரட், பப்பாளி, முருங்கைக்கீரை ஆகியவற்றைச் சாப்பிடுவதால் கருமையான தோலின் நிறம் மறைந்து விடும்.

சூரிய வெப்பத்தினால் முகம், கை, கால் ஆகியவை பாதிக்கப்படுகிறதென்றால் அவர்கள் கட்டாயம் குடை எடுத்துச் செல்ல வேண்டும். இரண்டு சக்கர வாகனங்களை ஓட்டுபவர்கள் கைகளில் கிளவுஸ் அணிய வேண்டும். மீறி வெயிலில் தெரியும் பகுதிகளில் சன் ஸ்க்ரீன் லோஷன் தடவிக் கொள்ள வேண்டும். வெளியில் போய் விட்டு வீடு திரும்பியதும்

என் பிரிய அட்சயா....



என் ஒன்பது வயதுப் பெண் அட்சயாவுக்குத் திருவையாறு தியாகபிரம்மோத்சவத்தில் தியாகராஜரின் சமாதிக்கு எதிரே பத்து நிமிடங்கள் பாட வாய்ப்பு கொடுக்கப்பட்டபோது, என் மகிழ்ச்சிக்கு அளவில்லாமல் போனது.

டீ.வி.யும் கம்ப்யூட்டரும் குழந்தைகளின் படிக்கும் பழக்கத்தை மழுங்கடித்துக் கொண்டிருக்கும் இந்தக் காலத்தில் அவள் நிறைய படிப்பவளாக இருக்க வேண்டும் என்பது என் விருப்பம். அதற்காக அவளுக்கு ஒன்றரை வயதிலிருந்தே புத்தகங்கள் வாங்குகிறேன். கதைகள் நிறைய சொல்வேன்.

பெற்றோர் எதைச் செய்கிறார்களோ, அதையேதான் குழந்தையும் செய்யும். அத



னால் காலை வேளைகளில் நானும் என் கணவரும் செய்தித்தாளைப் படிக்கையில், அவளும் புத்தகத்தை எடுத்துப் படிப்பது இன்றும் வழக்கமாகி விட்டது.

அதே போல், ஐந்து வயதிலிருந்து கர்நாடக இசையும், பரதமும் கற்றுக் கொடுக்க ஆரம்பித்தேன். வாரத்தில் 2 நாட்கள் பாட்டு, 2 நாட்கள் நடனம். பாட்டிலும் நடனத்திலும் திறமையை வளர்த்துக் கொண்ட அவளுக்குத் திருவையாறில் தியாகபிரம்மோத்சவத்தில் பாட வாய்ப்பு கிடைத்தது. தியாகராஜர் சமாதிக்கு எதிரில் கடந்த பிப்ரவரி மாதம் அவள் மேடையேறி பாட ஆரம்பித்தபோது என் கண்களில் கண்ணீர். வேலைக்குச் செல்லும் பெண்ணான நான் எத்தனையோ இடர்பாடுகளுக்கு நடுவே அவளை வழிநடத்துகிறேன். நான் பட்ட சிரமங்களுக்கு முதற்கட்டமாகப் பலன் கிடைத்திருக்கிறதே.

- பானுமதி

குளிர்ந்த நீரில் சோப்புப் போட்டுக் கழுவ வேண்டும். சூரிய வெப்பத்தால் பாதிக்கப்பட்டுக் கறுப்பாக நிறம் மாறியவர்கள் சன் ப்ளாக் க்ரீம் தடவினால் கறுப்பு மறைந்து விடும்.

முகத்தில் ஏற்படும் கறுப்புப் புள்ளிகள், கருந்திட்டுக்களைக் குறைக்க கண்ட க்ரீம்களை முகத்தில் தடவக் கூடாது. அந்தந்த சருமத்திற்கு ஏற்ற சிகிச்சையைச் செய்து கொள்ள வேண்டும். வைட்டமின்-ஈ அதிகம் உள்ள உணவுகளைச் சாப்பிட வேண்டும். புளிப்புத் தன்மை உள்ள உணவுகள், பப்பாளி, மஞ்சள் நிற பரங்கிக்காய், பசலைக் கீரை, கருவேப்பிலை, மாம்பழம், சீம்பால் ஆகியவற்றை உணவில் சேர்க்க வேண்டும். இளநீர், மோர், பதநீர், ஆரஞ்சு ஜூஸ், எலுமிச்சை ஜூஸ் ஆகியவற்றைப் பருக வேண்டும். வாழைப்பழம் சருமத்திற்கு நல்ல மென்மையைத் தரும். தக்காளிப்பழம், தோலை மினுமினுப்பாகவும், உறுதியாகவும் ஆக்கும்.

உடலுக்குத் தேய்க்கும் சோப்பு, போடப்படும் பவுடர், க்ரீம்கள், பயன்படுத்தும் மற்ற காஸ்மெடிக் பொருட்களில் பிஹெச் வேல்யூ குறைவாக இருக்கும்படி பார்த்து வாங்கிக் கொள்ளவும். மூலிகைகளைக் கொண்டு செய்யப்படும் காஸ்மெடிக்ஸ் இப்போது நிறைய கிடைக்கின்றன. அவற்றைப் பயன்படுத்துவதால் எந்தப் பாதிப்பும் வராது. எதிர்பார்க்கும் பலன் சற்று மெதுவாகக் கிடைக்கும்.

ப்ளீச்சிங் செய்யும் போது கவனிக்க வேண்டிய விதிமுறைகள் :

1. ப்ளீச்சிங் செய்யும் முன் முகத்தில் விழும் தலைமுடிகளை மேலே இழுத்து 'பாண்ட்' போட்டுக் கட்ட வேண்டும்.

2. தண்ணீர் அல்லது கிளென்ஸிங் மில்க் போட்டு முகத்தை சுத்தம் செய்ய வேண்டும்.

3. கழுத்தைச் சுற்றி டவல் போடவும்.

4. கழுத்தில் உள்ள நகைகளை எடுத்து விட வேண்டும்.

5. கண்களைச் சுற்றி ப்ளீச்சிங் க்ரீம் போடும் போது கவனமாக இருக்கவும்.

6. கண், புருவம், கண்களில் உள்ள முடி, நெற்றியில் உள்ள முடி மேல் ப்ளீச் படாமல் பார்த்துக் கொள்ளவும்.

7. ப்ளீச்சைக் குறிப்பிட்ட நேரத்திற்குப் பிறகு ஸ்பாஞ்சைத் தண்ணீரில் தோய்த்து சுத்தமாக எடுத்து விடவும்.

8. ப்ளீச் செய்த பிறகு ஐஸ் க்யூப்களைக் கொண்டு ப்ளீச் செய்த இடத்தில் தடவவும்.

9. கைகளில், கால்களில், முகத்தில் உள்ள முடிகளை 'வாக்ஸிங்' முறையில் நீக்குவதானால், 'வாக்ஸிங்' செய்த பிறகு ப்ளீச் செய்யக் கூடாது. ப்ளீச் செய்த பின்னரே 'வாக்ஸிங்' செய்ய வேண்டும். இதை முக்கியமாக மனதில் கொள்ள வேண்டும்.

— ராஜ்யஸ்ரீ சந்திரசேகர்

சமையலறைச் சந்தேகங்கள்

பதில்கள் : எஸ். மல்லிகா பத்ரிநாத்

ஜே. தாமரைச் செல்வி, சோலாப்பூர்.

கிழங்கு வகைகளில் கருணை மட்டுமே உடம்பிற்கு நல்லது என ஒரு தமிழ் மருத்துவப் பாடவில் கூட படித்துள்ளேன். ஆனால் கருணைக்கிழங்கு என்பது எது என்றுதான் புரியவில்லை. மெட்ராஸிலெல்லாம் பூசணி போல பெரியதாக உள்ளதைத் தான் கருணை என்பார்கள். சர்க்கரை வள்ளி போல் உள்ளதை சேனை என்பர். ஆனால் சேலம், கோவையில் தலைகீழாகக் கூறுவர். கருணையைச் சேனை என்றும் சேனையைக் கருணை என்றும் கூறுவர். இதில் எது உடம்பிற்கு நல்லது என்பதே என் கேள்வி.



தாங்கள் எழுதியபடி இந்தச் சந்தேகம் எனக்கே பல தடவை எழுந்ததுண்டு. ஒவ்வொருவரும் வித்தியாசமாகச் சொல்கின்றனர். ஆங்கிலத்தில் நியூட்ரிஷன் புத்தகத்தைப் பார்க்கையில் Elephant yam, Ordinary yam, wild yam (காட்டுச் சேனை) என்று மூன்று கிழங்குகளைப் போட்டிருக்கிறது.

இதில் 'Elephant yam' என்பதே கருணைக் கிழங்கு எனவும் அளவில் பெரியதாக இருக்கும் இந்தக் கிழங்கு உடலிற்கு நல்லது என்பதையே சரியாகக் கொள்ளலாம். மூல வியாதிக்கும், மூச்சிரைப்பு வியாதிக்கும் இக் கிழங்கு நல்லது செய்யும் என்பது அக்காலத்திலிருந்து நம்பப்பட்டு வரும் நியதியாகும்.

திருமதி. பாத்திமா பானு, மதுரை.

கடையில் கோதுமை மாவு பாக்கெட் வாங்கி உபயோகிக்கும் போது மிகவும் சாப்டாக உள்ளது. அதே நேரத்தில் பஞ்சாப் கோதுமை வாங்கி நாம் சொந்தமாக அரைத்து உபயோகிக்கும் போது 'சாஃப்ட்' வருவதில்லை. சப்பாத்தி கடினமாக உள்ளது. ஏன்?

கோதுமை



அது என்ன புதங்கிழங்கு?

எங்கள் மூன்றரை வயது மகன் ''எனக்குப் புதங்கிழங்கு வேண்டும்'' என்று அழுதபோது அந்தப் புதங்கிழங்கு என்ன வாயிருக்கும் என்று என்ன முயற்சித்தும் புரியவில்லை. அவனே இரண்டு நாட்களான பின், ''அந்த ராமச்சந்திரன் மாமாவிடம் இருப்பதைப் போல் எனக்கும் புதங்கிழங்கு வேணும்'' என்றதும்தான் எங்களுக்குப் புரிந்தது, 'மிருதங்கம்'தான் புதங்கிழங்காகியது என்று! இன்று நாற்பது வயதுக்கு மேல் ஆகிறது. அவனுடைய இசை ஆர்வம் குறையவில்லை.

- விஜயா ஸ்ரீநிவாஸன்.



மாவு தயார் செய்யும் பெரிய கம்பெனியை நேரில் சென்று பார்த்து இருப்பதால் ஒரு சில விஷயங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளலாம் என நினைக்கிறேன். நாம் மாவு மிஷினுக்கு அனுப்பும் போது நேரடியாக மாவு அரைக்கப்பட்டு அப்படியே கொடுக்கப்படுகிறது.

ஆனால் கம்பெனிகளில் முதலில் கோதுமையின் மீது சரியான அளவு தண்ணீர் (ஸ்பிரே போல) தெளிக்கப்பட்டு ஒருநாள் முழுவதும் வைக்கப்பட்டு பிறகு மிஷினுக்குச் செல்கிறது. ஒவ்வொரு நிலையிலும் பெரிய கோதுமை ரவை, மெல்லிய ரவை என்று உடைக்கப்படும் போது சலிக்கப்படுகிறது.

கோதுமையின் உட்புறம் இருக்கும் ஸ்டார்ச்சானது மைதாவாகப் பிரித்தெடுக்கப்படுகிறது. இவையெல்லாம் எடுத்த பிறகு மீதி உள்ளது ஆட்டாவாக விற்கப்படுகிறது. முழு கோதுமை மாவு என்று கவரில் போட்டிருந்தால் அது கோதுமையின் முழுமையான சத்துகளுடன் இருக்கும்.

இதைப் போல மாவு திரிக்கப்படும் போது மிக நைசாக வருகிறது. அதனால் மாவு 'லைட்'டாக உள்ளது. சப்பாத்தியும் மிக 'சாஃப்ட்'டாக உள்ளது.

நாம் திரிக்கும் மாவு சிறிது 'ஹெவி'யாக உள்ளதால் தங்களுக்கு அப்படித் தோணலாம். நாம் வீட்டில் செய்யும் மாவிலிருந்து கூட மிகவும் சாப்டாக வரும். தாங்கள் மாவு பிசையும் போது சிறிது கூடுதலான நேரம் பிசைய வேண்டும். நமது கைச் சூட்டினால் மாவில் உள்ள பசைத் தன்மை நன்கு நெகிழ்ந்து வரும். பிசைந்து சிறிது நேரம் (2 அல்லது 3 மணி நேரம்) மூடி வைத்திருந்து பிறகு சுடவும். நன்றாக வரும்.

கே. சத்யா, சென்னை.

வீட்டில் தயார் செய்யும் பொழுது ரவா இட்லி சாஃப்டாக இல்லாமல் மொழுக்கென்று ஆகி விடுகிறது. கடையில் கிடைக்கும் 'ரெடி மிக்ஸ்' சரியாக வருகிறது. இதற்குக் காரணம் என்ன? சோடா (அ) பேக்கிங் பவுடர் எதைச் சேர்க்க வேண்டும்?

(இதைப் போல ரவா இட்லியைப் பற்றி கேட்டிருப்பவர்கள் எச். வித்யாவதி, சேலம். எஸ். இராதாபாய், மதுராந்தகம். பத்மினி, மாதவரம்).

நிறைய இடங்களில் நேரில் செல்லும் போதும், ஃபோனிலும் கூட நிறைய பேர் ரவா இட்லியைப் பற்றிக் கேட்கின்றனர். ரவா இட்லிக்கு உபயோகப்படுத்தும் தயிர் நன்றாகப் புளித்திருக்க வேண்டும் மோர் மாதிரி தண்ணீர் விட்டுச் செய்யக் கூடாது. தாளித்து வெங்காயம், பச்சை மிளகாய் விழுது வதக்கும் போது ரவா உப்புமாவைப் போல சிறிது அதிகமாக எண்ணெய், கூட வாசனைக்குச் சிறிது நெய் விட்டால் நன்றாக இருக்கும். கடைகளில் விற்கும் ரவா இட்லி மிக்ஸில் வனஸ்பதி உபயோகப்படுத்தி வறுத்திருப்பதால் நன்றாக வருகிறது. பொதுவாக வீட்டில் செய்யும் போது இதற்குச் சமையல் சோடாவே போதும். பேகிங் பவுடர் அவசியமில்லை.

முதலில் ரவையை (வீட்டில் முன்பே வறுத்து வைத்திருப்பது) கடைந்த கட்டித் தயிரில் 10 நிமிடம் ஊறவைக்கவும். (1 கப் ரவைக்கு 1¼ கப் தயிர்). ஒரு வாணலியில் எண்ணெய், நெய் விட்டுச் சூடானதும் தாளிக்கும் பொருட்களைச் சேர்த்து அரிந்த வெங்காயம், பச்சை மிளகாய் சேர்த்து வதக்கி, ஊறிய ரவையில் சேர்த்துக் கலக்கவும். ¼ டீஸ்பூன் சமையல் சோடாவை ஒரு டேபிள் ஸ்பூன் தயிரில் கரைத்து மாவுடன்

கலக்கவும். குக்கரில் தண்ணீர் ஊற்றிச் சூடாக்கி வைத்துக் கொள்ளவும்.

இட்லித் தட்டில் எண்ணெய் தடவி மாவை ஊற்றி ஆவியில் 7லிருந்து 10 நிமிடம் வரை வேகவைக்கவும். இட்லி ஸ்டாண்டை குக்கரின் உள்ளே வைப்பதற்கு முன் தண்ணீர் சூடாக இருக்க வேண்டும்.

ரவா இட்லி மாவு தளர்த்தியாக இருக்கக் கூடாது. கரண்டியில் எடுத்தால் பார்ப்பதற்குக் கண்கண்ணாக நுரைத்தாற்போல இருந்தால்தான் நன்றாக வரும். கவனமாகச் பொடி தயாரித்து உபயோகித்துப் பாருங்கள்.

மீனா, சென்னை.

என் வயது 25. நான் கறுப்பாக இருப்பதால் என் கணவருக்கு என்னைப் பிடிக்கவில்லை. அதனால் தினமும் எங்களிடையே சண்டை. நாம் உண்ணும் உணவைப் பொறுத்துத்தான் நிறம் அமையுமா? உணவுப் பழக்கங்களை மாற்றினால் நிறம் மாறுமா? எந்த வகையான உணவை எவ்வாறு உட்கொள்ள வேண்டும் என்று ஆலோசனை கூறுங்கள்.



மனுஷங்களே இல்லையா?

1976ம் ஆண்டு. ஜனவரி கடும் குளிர். என் கணவர் பதவி உயர்வில் (உதகை) கூடலூருக்குச் செல்ல வேண்டியதாயிற்று.

கூடலூர் சென்று புதிய பணியில் சேர்ந்தபின் ஒரு வாரம் கழித்துத் திரும்பி வந்தவர் அங்கு போய் வந்த அனுபவங்களை சொல்லிக் கொண்டிருந்தார். நீண்ட தூரப் பயணம், அடர்ந்த காடுகள், வானளாவிய பெரிய பெரிய மரங்கள், கொடிகள், தினசரி ஊருக்குள் இரை தேடி வரும் யானைகள், படுக்கைக்குள் புகுந்து கொள்ளும் பாம்புகள், கண்ணெதிரே பஞ்சு மேகங்கள், மாலை ஆனதும் காற்று, இரவில் காலடியில் குளிருக்குக் கும்மட்டி அடுப்பு இவற்றைப் பற்றிக் கூறிக் கொண்டிருந்தார். எல்லோரும் கேட்டுக் கொண்டிருந்தோம். என் கணவருக்கு மீண்டும் பணிக்குத் திரும்புகிற இஷ்டம் இல்லாமல் மருத்துவ விடுப்பு போடுகிற எண்ணம்.



அப்போது என் 5 வயது மகன் வேலு திடீரென, ''அப்பா அப்பா அங்கு மனுஷங்களே இல்லையாப்பா?'' எனக் கேட்டான். அதைக் கேட்ட என் கணவர் திடுக்கிட்டார். அவன் கேள்வி மிக உறுத்தலாக இருந்தது.

உடனே நாம் என்ன மனிதர்களே இல்லாத துருவப் பிரதேசத்திலேயா இருக்கிறோம் என சமாதானம் செய்து கொண்டு மருத்துவ விடுப்பு எண்ணத்தைக் கைவிட்டு கூடலூரில் தொடர்ந்து பணியாற்றியதோடு உதகையிலும் ஒரு வருடம் இருந்தார் என்றால் அதற்குக் காரணம் அன்று என் பையன் கேட்ட அந்தக் கேள்விதான்.

- சி. தனலக்ஷ்மி.

செய்து பாருங்கள்.

புவனா மகாதேவன், பெங்களூர்.

வடக்கத்திக்காரர்களின் கடைகளில் வாங்கும் மிக்ஸரில் புளிப்பு இருக்கிறது. புளிப்புக்கு என்ன சேர்க்கிறார்கள்?

வட இந்திய பக்குவங்கள் பலவற்றிற்கும் 'ஆம்சூர்' எனப்படும் உலர்ந்த மாங்காய்ப் பொடியைப் புளிப்பிற்காகச் சேர்ப்பர். (சீரகம், மிளகு, பட்டை, கறுப்பு உப்பு, மிளகாய்த் தூள், மாங்காய்த் தூள், உப்பு சேர்த்துப்

சகோதரி, தங்களைப் பார்த்த பிறகுதானே கணவர் மணம் செய்து கொண்டார். பிறகு எதற்குச் சண்டை? அழகு என்பது மனதில் இருக்க வேண்டும். தங்களது அன்பால், பொறுமையால், நல்ல குணத்தால் அவர் மனதிற்குப் பிடித்தமானவராக மாறவும். சிறிது நாட்களுக்கு அவர் என்ன பேசினாலும் திருப்பிப் பேசாமல் பொறுமையுடன் தங்கள் வேலைகளைச் செய்து பாருங்கள். ருசியாக அவருக்குச் சமைத்துப் போடுங்கள். புன்சிரிப்போடு இருங்கள்.

Heinz
...rust • Taste • Nutrition

என்னையே நம்பி இருக்கும் என் குழந்தையின் ஊட்டசத்துக்கு நான் யாரை நம்புவது?



என் குழந்தைதான் எனக்கு ஒப்பற்ற செல்வம். அவள் என்னையே நம்பியிருப்பதால், கொஞ்சம் கவலைப்படுவது இயற்கைதான். பெரும்பாலான தாய்மார்கள், 'அவளுக்கு சரியான ...ட்டசத்து கிடைக்கிறதா, சரியான முறையில் ...ர்ச்சி இருக்கிறதா?' என்றெல்லாம் ...லைப்படுகிறார்கள். ஆனால் எனக்கு அந்த ...ை இல்லை. ஏனெனில், ஃபாரெக்ஸ் ...கிறதே!

...ரெக்ஸை எளிதில் தயார் செய்ய முடியும். ...வ, குழந்தைக்கு பசி எடுத்தவுடனேயே ...லாம். அது மட்டுமா? ஃபாரெக்ஸ் ஒரு ...டி முறையில் தயாரிக்கப் படுவதால் எளிதில் செரிக்கக் கூடியது மற்றும், பால், கோதுமை, அரிசி, பழங்கள் மற்றும் காய்கறிகளின் இயற்கையான நற்குணங்கள் அதிசிறப்பாக அப்படியே இருக்கும். மேலும், ஃபாரெக்ஸ் என் குழந்தைக்கு புரோட்டீன்ஸ், கார்போஹைட்ரேட்ஸ், விட்டமின்ஸ் மற்றும் மினரல்ஸின் சரியான கலவை அடங்கிய சமச்சீர் ஊட்டசத்து அளிக்கிறது. எனவே, என் குழந்தையின் சரியான வளர்ச்சிக்கு வீட்டில் தயார் செய்த ஆகாரங்களுடன், நான் நம்புவது ஃபாரெக்ஸைதான்.

எனவே, 50 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக, பல தலைமுறைகளாக தாய்மார்கள் ஃபாரெக்ஸை நம்புவதில் ஆச்சரியம் இல்லை. ஒவ்வொரு முறையும் என் குழந்தை சிரிக்கும் போது, 'நன்றி, ஃபாரெக்ஸ் அம்மா!' என்று கூறுவது போல் இருக்கும்.



6 ருசிகரமான சுவைகளில்



...ரைஸ், வீட், வீட் வெஜிடபிள், வீட் மிக்ஸ்டு ஃப்ரூட்ஸ், வீட் ஆப்பிள் ● வீட் எக்

...RTANT NOTICE: MOTHER'S MILK IS BEST FOR YOUR BABY, INFANT FOOD SHALL BE INTRODUCED ONLY AFTER 4 MONTHS OF AGE.

...वपूर्ण सूचना: माँ का दूध आपके बच्चे के लिये सर्वोत्तम है. ४ महीने के बाद ही उसे शिशु आहार देना शुरू करें.

வீட்டில் உள்ள எல்லா வேலைகளையும் இழுத்துப் போட்டுக் கொண்டு செய்யுங்கள். சுத்தமாக 'பளிச்'சென்று இருங்கள். நல்ல வித மாக ஆடை உடுத்துங்கள். எப்போது பார்த் தாலும் முகத்தில் ஒரு பொலிவுடன் கம்பீரத் துடன் இருக்கக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். காலை, மாலை எந்த நேரத்திலும் கணவரின் எதிரே வரும் போது முகம் கழுவி, தலைசீவி வாரி, பொட்டு வைத்து நன்றாகப் பார்ப் பதற்குச் சுத்தமாக இருங்கள்.

பொதுவாக நிறம் என்பது மரபணுக்கள் சம்பந்தப்பட்ட விஷயம். கரு உருவாகும் போதே அது நிச்சயிக்கப்பட்டு விடுகிறது. உணவு ஆரோக்கியமாக தோல், கண் முதல் எல்லாமே பொலிவாக இருக்கத்தான் பயன் படும்.

ஆரோக்கியமாக இருந்தாலே ஒரு அழகு. முடிந்தவரை அதிகமான காய்கறிகள், கீரை வகைகள், தினமும் ஓரிரு வகை பழங்கள், பழ ஜூஸ் போன்றவற்றைச் சேர்த்துக் கொள்ளுங்கள். அரிசி, பருப்பு போன்ற தானி யங்கள், பயறு வகைகளை உடல் தேவைக்கு வேண்டிய அளவு மட்டும் சாப்பிடுங்கள்.

நன்றாக வேலை செய்யுங்கள். உடற் பயிற்சி அல்லது வேக நடை இதைப் போல ஏதாவது ஒன்றை தினமும் பழகுங்கள். மனதளவில் ஆரோக்கியமாக, சந்தோஷமாக நல்லதையே நினைக்கும்விதமாக இருங்கள். நீங்களே ஆச்சரியப்படும் விதத்தில் தங்கள் வாழ்க்கை எப்படி மாறுகிறது என்று உணர் வீர்கள். வாழ்த்துகள்.

கே. மாலதி, விஜயவாடா.

இப்போது பல தயாரிப்பாளர்கள் 'நான்-ஸ்டிக் குக்வேர்' தயாரிக்கிறார்கள். அவை யாவுமே ஒரே மெட்டீரியலில் தயாரிக்கப் பட்டதா? வித்தியாசம் இருக்குமா? அவற்றில் சமைப்பதால் உடல் ஆரோக்கியத்திற்குப் பாதிப்பு உண்டா? அவற்றில் 'ஸ்வீட்ஸ்' செய்யலாமா? நான்-ஸ்டிக் தவாவில் தோசை செய்யும் போது நன்றாக வருகிறது. இருப் பினும் வார்க்கும் போது ஒருவித வாசனை வருகிறது. வார்த்துத் தட்டில் அடுக்கும் போது ஒன்றுடன் ஒன்று ஒட்டிக் கொண்டு விடு கிறது. இதைத் தவிர்ப்பது எப்படி?

தற்போது இந்தியாவில் 'டெஃப்லான்' கோட்டிங்தான் உபயோகப்படுத்தப்படுகிறது. கொஞ்சம் விலை அதிகமாக உள்ளது. 3 (அ) 4 பூச்சு அதாவது 'கோட்டிங்' நன்றாகக் கொடுத்திருப்பர். அதனால் நன்றாக உழைக்கும். அதிக விலையாகவும் இருக்கும். இதனால் ஆரோக்கியத்திற்குப் பாதிப்பு ஏதும் இல்லை. அதாவது அதில் உள்ள மேற் பூச்சு போகாதவரை. அல்வா போன்ற ஸ்வீட்ஸ் குறைந்த நெய்யில் செய்யலாம். 'பர்பி' போன்றவை செய்ய வேண்டாம். சரியான பதம் தெரியாது. மேலும் மிக அதிக சூட்டினால் மேற்பூச்சு சீக்கிரம் போவதற் கான வாய்ப்புகள் அதிகம்.

எண்ணெய் அதிகம் விடாததால் தோசை ஒன்றோடு ஒன்று ஒட்டிக் கொள்ளலாம். இதைத் தவிர்க்க இரண்டு தட்டுகள் வைத் துக் கொள்ளவும். ஒரு தட்டில் ஒரு தோசை அடுத்த தட்டில் இன்னொரு தோசை என்று போடுங்கள். அதற்குள் இந்த தோசை ஆறி விடும். அதனால் ஒட்டிக் கொள்ளாது.

நல்ல தரமான கம்பெனியின் நான்-ஸ்டிக் பாத்திரம் வாங்கவும். குறைந்த தணலில் வைத்துச் சுடவும். தோசையின் உள் விளிம் பில் சிறிதளவே எண்ணெய் விடவும். (வெளிப்புறம் விடாமல்) அப்போது வாசனை ஏதும் வராது. நன்றாக வரும். தோசைக் கல் லும் அதிக நாட்களுக்கு உழைக்கும்.

2. டால்டா உபயோகிப்பது தவறு என் கிறார்கள். ஆனால் அதன் மீது அவை ஒன்று அல்லது ஒன்றுக்கும் மேற்பட்ட வெஜிடபிள் ஆயிலில் தயார் செய்யப்பட்டவை என்று எழுதி உள்ளார்கள். அப்படியெனில் அதை உபயோகிப்பதால் என்ன கெடுதல் ஏற் படும்?

'டால்டா' என்பது பலவிதமான 'வெஜிட பிள் ஆயில்' கலந்த கலவை என்பது உண்மை. ஆனால் அந்த எண்ணெயானது கெட்டுப் போகாமல் அதிக நாள் இருக்க வேண்டுமானால் அதோடு 'ஹைட்ரஜன்' சேர்ப்பர். அதனால் எண்ணெயானது கெட் டிப்பட்டு டால்டா போல உருவாகிறது. உறையும் தன்மை உடைய, கொழுப்பாக மாற்றப்படுகிறது.

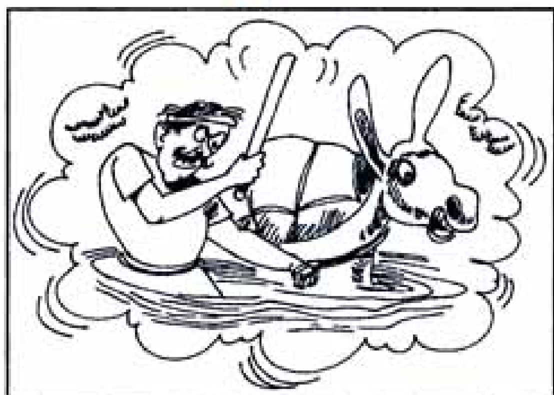
நமது உடலில் எண்ணெயாகச் சேர்க்கப் படும் கொழுப்பானது சுலபமாக 'எனர்ஜி' ஆக மாற்றப்பட்டு விடும். ஆனால் இதைப் போன்ற உறையும் தன்மையுடைய கொழுப் புகள் சுலபமாக இரத்தக் குழாய்களில் படியும் வாய்ப்பு அதிகம்.

ஆனால் பிஸ்கட், கேக் போன்ற 'பேக்' செய்யும் வகைகளுக்கு இவ் வகையான கொழுப்புகள் அவசியம். மற்ற எதற்கும் உபயோகப்படுத்துவதைத் தவிர்க்கலாம்.



பாவம்பா அந்தக் கழுதை

என் இளைய மகள் ஆயிஷா படித்துக் கொண்டிருக்கும் போது நடந்த ஒரு சுவையான சம்பவம் எனக்கு ஒரு படிப் பினையாகவே அமைந்தது. இரவு நேரங்களில் எனது இரு மகள்களுக்கும் கதை சொல்வது வழக்கம். அக் கதைகளில் முஹம்மது நபி, விவேகானந்தர், சிவாஜி, முல்லா, நஸீர், அக்பர், பீர்பால் பற்றிய சிந்தனைக்கும், சிரிப்புக்கும் இடமளிக்கும் சுவையான செய்திகள் இருக்கும். நாய், நரி, பூனை முதலான மிருகங்கள் பேசும் உலக நீதிகள் இருக்கும். ஒருநாள் கழுதை கதை சொன்னேன் -



"ஒரு ஊர்ல ஒரு உப்பு வியாபாரி. அவன் உப்பு விக்க, தன் உப்பு மூட்டை களைக் கழுதை மேல் ஏற்றி வாரச் சந் தைக்கு அழைத்துப் போனான். போகிற வழியில் ஒரு ஆறு வந்தது. ஆற்றைக் கடக் கும் போது கழுதை சறுக்கி விழுந்துடுச்சு. வியாபாரி தன் கழுதையைத் தூக்கி நிறுத்தி னான். உப்பெல்லாம் தண்ணீரில் கரைஞ்சு போயிடுச்சி. கழுதைக்குப் பாரமெல்லாம் குறைஞ்சு போச்சு. அதனால கழுதைக்கு ரொம்ப சந்தோஷம். ஆனால் உப்பு வியா பாரிக்கு ரொம்ப வருத்தமாயிடுச்சு. 'சரி, பாவம் கழுதை தடுக்கி விழுந்துடுச்சு. அடுத்த வாரம் பார்க்கலாம்'ன்னு கழுதையைத் திரும்ப அழைச்சிட்டுப் போனான்.

மறு வாரம் கழுதையை அந்த வழியா உப்பு மூட்டையோட அழைச்சிட்டு வர, கழுதை மறுபடியும் ஆத்துல விழுந்துடுச்சு. உப்பு கரைய, கழுதைக்கு ஒரே குஷி. ஆனா அந்த வியாபாரிக்குக் கழுதை மேல கோபம் வந்தது. 'சரி, சரி உனக்குச் சரியான தண் டனை கொடுக்கிறேன்' என்று கறுவிக்கொண்டே கழுதையை திரும்ப அழைச்சிட்டுப் போனான்.

மூன்றாவது வாரம் கழுதையை அதே ஆத்துப் பக்கமா அழைச் சிட்டு வர, கழுதை அதே மாதிரி ஆத்துல விழுந்தது. கொஞ்ச நேரம் கழித்து எழுந்திருக்க முயற்சி பண்ண, அதனால எழுந்து நிற்கவே முடியலை. ஏன்னா, இப்போ அந்த வியாபாரி கழுதை யில் பஞ்சு மூட்டையைக் கட்டியிருந்தான். அது தண்ணியில ஊற ஊற, பஞ்சு தண்ணிய உறிஞ்சி ரொம்ப ரொம்ப கனமா

'அம்மா'வென



அகமகிழ்ந்தேன்!

யிடுச்சு. 'திருட்டுக் கழுதை! என்னை ஏமாத்தின இல்ல. அதுக்குத்தான் இந்தத் தண்டனை' என கழுதையைத் திட்டி அடித்துக் கொண்டே அழைச்சிட்டுப் போனான் வியாபாரி."

"சரி, இந்தக் கதையில இருந்து நமக்கு என்ன தெரியுது?"

இப்படி ஒரு கேள்வியோடு பெரிய மகளைப் பார்த்தேன். அவள் ஆழ்ந்த கனவில் இருக்க இளைய மகளைப் பார்த்தேன். அதிர்ச்சி அடைந்தேன். அவள் முகம் வாடியிருக்க, "ஏங்கண்ணு ரொம்ப வருத்தமா இருக்கே?" என்று கேட்க, "பின்ன என்னப்பா, அந்தக் கழுதைதான் இரண்டாவது முறை கூட்டிப் போய் ஆத்துல விழுந்துடுத்துன்னு தெரியுதில்லே. ஆறு இல்லாத வேறு வழியா அந்தக் கழுதையைக் கூட்டிட்டுட்டுப் போகலாமில்லே. ஏன் பஞ்சு மூட்டைய ஏத்தி, அது தண்ணில ஊறி பாரமாகி கழுதையை ரொம்பக் கஷ்டப்படுத்தணுமாம்? ரொம்ப பாவம்பா அந்தக் கழுதை. அந்த வியாபாரிக்குக் கொஞ்சங் கூட இரக்கமே இல்லையப்பா!" என்றாள்.

இப்போது என் நெஞ்சிலும் ஈரம் கசிந்தது. 'இந்தக் கதையை அன்று என் ஆசிரியர்கள் சொன்ன போது எனக்கு இப்படிக் கேட்கத் தோன்றவில்லையே!' என வியந்தேன்.

அப்போது கலீல் கிப்ரானின் கவிதை வரிகளில் சில என் நினைவுக்கு வந்தன -

'உங்கள் குழந்தைகள்
உங்களுடையவர்கள் அல்லர்.
அவர்கள்
உங்கள் வழியாக வந்தவர்கள்தான்
ஆனால் உங்களிலிருந்து அல்ல!
மேலும் அவர்கள்
உங்களுடனே இருந்தாலும்
உங்களுக்குச் சொந்தமானவர்கள்
அல்லர்!'

ஆம்! உலகில் பிறக்கும் ஒவ்வொரு குழந்தையும் ஓர் இனிய நற்செய்தியுடன்தான் பிறக்கிறது. அவர்களின் அரிய கனவுகள் நனவாகப் பெற்றோர்களாகிய நாம் உதவும் கரங்களாக இருக்க வேண்டுமேயன்றி, நம் விருப்பு வெறுப்புகளைத் திணித்த தலையணைகளாக ஆக்கி விடக் கூடாது.

— எஸ். கே. ஹயாத் பாஷா

துணிகளில் சாயமேற்றுவதில் பாத்திக் முறை உலகப் புகழ்பெற்றது.

வெள்ளைத் துணியில் மெழுகால் ஓவியமெழுதி அத் துணியைச் சாயமேற்றினால் மெழுகால் மூடப்பட்ட பகுதியில் சாயம் படாமல் வெள்ளையாகவே இருக்கும். இம் முறையில் மேலும் மேலும் பல வண்ணங்களைத் துணியில் ஏற்றி அழகான ஓவியமாக்குவது வர்த்தகரீதியாகவும் மிகுந்த லாபம் ஈட்டித் தரும்.

லுங்கிகள், குஷன் கவர்கள், சேலைகள், சல்வார்கள் என்று பாத்திக் பலவித ஆடைகளிலும் நல்ல வரவேற்பைப் பெறுகிறது.

பாத்திக் ஓவியங்கள் நம் நாட்டில் மட்டுமல்ல வெளிநாட்டிலும் மிகுந்த வரவேற்பைப் பெறுகிறது. பாத்திக் கலை கீழை நாடுகளில் பிறந்ததாகும்.

இயற்கை இழைகளினால் ஆன (பருத்தி, பட்டு) துணிகளே பாத்திக் செய்வதற்குச் சிறப்பானவை.



பாத்திக் ஓவியங்கள் செய்வதற்குத் தேவையான பொருட்களைப் பார்ப்போமா...

1. பருத்தித் துணி (கஞ்சி நீக்கி இஸ்திரி செய்தது)



உலகப் புகழ் பெற்ற பாத்திக் ஓவியங்கள்!

உஷா ஸ்ரீகுமார்

2. அடுப்பு அல்லது ஹாட்ப்ளேட்
3. அலுமினியப் பாத்திரம் (பிடி உள்ளது)
4. தேன் மெழுகு, பாரஃபின் மெழுகு (வெள்ளை நிற மெழுகு)
5. நேப்தால் சாய வகைகள் மற்றும் ரசாயனப் பொருட்கள்.
6. ப்ளாஸ்டிக் டப் அல்லது பக்கெட்டுகள்.
7. சாயம் கலப்பதற்கான ப்ளாஸ்டிக் பௌல்கள் மற்றும் ஸ்பூன்கள்.
8. ரப்பர் கையுறைகள்.
9. தண்ணீர் கொதிக்க வைக்க பெரிய பாத்திரம்.
10. ஃப்ரேம்.

'அம்மா'வென



ஆகமகிழ்ந்தேன்

டாக்டர் ராஜம் ஜயசங்கர் :
(மிஸ் இந்தியா அழகி ஸ்வேதா ஜயசங்கரின் அம்மா)

"என் மகள் பிறந்த அந்த நாள்தான் அதிகமாக நான் சந்தோஷமடைந்த நாள் என்று சொல்ல வேண்டும். ஒரு பிரபலமான 'செலிப்ரிட்டியாக' இருந்தும் துளிக்கூட கர்வமே இல்லாத அவளுடைய குணம் கண்டு நான் பெருமைப்படுகிறேன். சமீபத்தில் மகேஷ் பூபதியுடன் அவளுக்கு நிச்சயதார்த்தம் நடந்த அந்த நாளும் எனக்குப் பெருமைதரும் விஷயம்தான். அதே மாதிரி மகேஷ் விம்பிள்டனில் வென்றது எங்களுக்குப் பெருமையளித்த விஷயம். அன்று என் மகளுக்காக நான் சந்தோஷப்பட்டேன்."



11. ப்ரஷ்கள் அல்லது பாத்திக் செய்வதற்கு உபயோகப்படுத்தப்படும் கறுப்பு நூல் சுற்றிய ஊசி.

செய்முறை :

1. நன்கு கஞ்சி நீக்கப்பட்ட வெள்ளை நிறப் பருத்தித் துணியில் விருப்பப்பட்ட டிசைனை பென்சிலால் வரையவும்.

2. துணியின் அளவுக்கேற்ற ஃப்ரேமில் (உதாரணம் எம்பிராய்டரி வளையம், திருப்பிப் போட்ட ஸ்டூல், அல்லது கயிற்றுக் கட்டிலின் ஃப்ரேம்) ஆணியடித்துப் பொருத்தவும்.

3. இரண்டு பங்கு வெள்ளை மெழுகுடன் 1½ பங்கு தேன் மெழுகு (மஞ்சள் மெழுகு) கலந்து பிடி வைத்த அலுமினியப் பாத்திரத்தில் வைத்து உருக்கவும். (மெழுகை நேரடியாகத் தீயில் வைக்காமல் இன்னொரு பாத்திரத்தில் தண்ணீர் கொதிக்க விட்டு அதில் மெழுகு உள்ள பாத்திரத்தை வைத்து உருக்குவது ஆபத்தைத் தவிர்க்க உதவும்.)

4. ஓவியத்தில் வெள்ளையாக இருக்க வேண்டிய இடங்களை முடிவு செய்து உருகிய மெழுகை அதன் மீது நன்கு பூசவும். ப்ரஷ் அல்லது பாத்திக் செய்வதற்கான ஊசி மூலம் பூசவும்.

5. பிறகு துணியை எடுத்து, சாயம் தோய்க்கும் முறைப்படி வெள்ளைக்கு அடுத்த டார்க்கான கலரில் தோய்த்து அலசி காய விடவும். (உதாரணம் - மஞ்சள்).

6. காய்ந்த துணியை ஃப்ரேமில் பொருத்தி மஞ்சள் நிறப் பகுதிகளில் மெழுகைப் பூசி அடுத்த டார்க் நிறத்தில் நனைக்கவும்.

7. இதே முறையில் மிகவும் டார்க்கான கலர் வரை சாயம் ஏற்றவும்.

சாயம் ஏற்றுவதற்கான சுலப அட்டவணை

அ. வெள்ளை, மஞ்சள், ஆரஞ்சு, சிவப்பு.

ஆ. வெள்ளை, மஞ்சள், சிவப்பு, ப்ரவுன்.

இ. வெள்ளை, மஞ்சள், இலைப் பச்சை, நீலம்.

8. சாயம் ஏற்றும் போது துணியில் பூசிய மெழுகில் சின்னச் சின்ன வெடிப்புக்கள் தோன்றி அதன் வழியே டார்க் சாயம் லைட் நிறப் பகுதியில் இறங்குவது ஒரு தனி அழகு.

9. அதிக வெடிப்புகள் தேவைப்பட்டால் மெழுகு பூசிய துணியை கசக்கி விட்டு சாயத்தில் நனைக்கவும்.

10. நிறைவு செய்யப்பட்ட ஓவியத்தைக் கொதிக்கும் தண்ணீரில் அமிழ்த்தி மெழுகு கரையும் வரை அலசவும்.

11. பிறகு செய்தித்தாள்களுக்கு இடையே வைத்து இஸ்திரி செய்தால் துணியில் எஞ்சிய மெழுகும் கரைந்து வந்து விடும்.

நேப்தால் டை

பாத்திக் செய்வதற்கு சிறந்த சாயம் (டை) நேப்தால் வகைகளைச் சேர்ந்தது. இவை Naptholcolors, Base என்று இரண்டு பகுதிகளாக வரும்.

உதாரணம் - மஞ்சள் நிற சாயத்துக்கு மஞ்சள் நிற நேப்தால் கலர்ப் பொடியும் அதற்கேற்றாற்போல் பேஸ் பொடியும் தேவைப்படும்.

நேப்தால், பேஸ் ஆகியவற்றைத் தனித்தனி (டை பாத்)யாக இரண்டு பிளாஸ்டிக் பக்கெட் அல்லது டப்களில் தயாரித்து முதலில் துணியை நேப்தால் கலவையில் நனைக்கவும். 5-10 நிமிடங்களுக்குப் பிறகு அந்த பேஸில் நனைத்து 10-15 நிமிடங்கள் வைக்கவும்.

நிறம் அழுத்தமாக வேண்டுமென்றால் மீண்டும் ஒருமுறை இதே போல நனைக்க

✆: 04144-38610, 37160 - Fax: 04144-38987
E_mail: audde_diroff@yahoo.co.in



அண்ணாமலைப் பல்கலைக்கழகம்
தொலைதூரக் கல்வி இயக்ககம்
திறந்தநிலைப் பல்கலைக்கழக அமைப்பு

2002–2003 ஆம் ஆண்டுக்கான சேர்க்கை அறிவிப்பு – முதுகலை, இளங்கலை மற்றும் பட்டயப் படிப்பு

தொலைதூரக் கல்வி இயக்ககம் கீழ்க்கண்ட படிப்புகளைத் திறந்தநிலைப் பல்கலைக்கழக அமைப்பின் கீழ் வழங்குகிறது.

சேர்க்கைக்கு முறையான கல்வித் தகுதி தேவையில்லை

1. முதுகலை படிப்புகள் (இரண்டு ஆண்டுகள்)

எம்.ஏ.:
வரலாறு* / பொருளாதாரம்* / சமூகவியல்* / ஆங்கிலம் / தமிழ் / பொதுத்துறை ஆட்சியியல்* / மக்கள் தொகையியல்*

எம்.காம்.:
கூட்டுறவு மேலாண்மை* / வங்கியியல் மற்றும் காப்பீட்டு மேலாண்மை*

2. இளங்கலை படிப்புகள் (மூன்று ஆண்டுகள்)

பி.ஏ.:
வரலாறு* / சமூகவியல்* / உளவியல் / பொருளாதாரம்* / அரசியல் அறிவியல்* / ஆங்கிலம் / தமிழ் / மக்கள் தொகையியல்* / மற்றும்
பி.லிட்.(தமிழ்) / பி.காம்* /
பி.எஸ்ஸி. (கணிதம்) / பி.பி.ஏ.
பி.எம்.எம் (சந்தையியல் மேலாண்மை)*

3. பட்டயப் படிப்பு (இரண்டு)

சைவ சித்தாந்தம்*

*இக்குறியிட்டவை அனைத்தும் ஆங்கிலம் மற்றும் தமிழ் வழி சார்ந்தவை

தகுதி:
இளங்கலை, பட்டயப் படிப்புகளில் (வகைகள் 2 மற்றும் 3) சேர விரும்புவர்கள் 01.07.2002 அன்று 18 வயது நிரம்பியவர்களாகவும், முதுகலைப் படிப்புகளில் (வகை 1) சேர விரும்புவர்கள் 21 வயது நிரம்பியவர்களாகவும் இருத்தல் வேண்டும். விண்ணப்பதாரர்கள் நுழைவுத் தேர்வில் தேர்ச்சி பெற்ற பின்னர்தான் அவர்களுடைய படிப்புச் சேர்க்கை நிர்ணயிக்கப்படும்.

விண்ணப்ப வேண்டுகோள் கடிதத்துடன் Director, D.D.E., Annamalai University என்ற பெயரில் ரூ. 60/-க்கான வங்கி வரைவோலை (Demand Draft) அண்ணாமலைநகர் அல்லது சிதம்பரத்தில் உள்ள எந்த வங்கியிலும் மாற்றக் கூடியதாக எடுத்து இயக்குநர், தொலைதூரக் கல்வி இயக்ககம், அண்ணாமலைப் பல்கலைக்கழகம், அண்ணாமலைநகர் – 608 002 என்ற முகவரிக்கு தன் முகவரி உள்ள உறையுடன் (27 செ.மீ. x 21 செ.மீ) அனுப்பி விண்ணப்பப் படிவத்தையும் குறிப்பேட்டையும் 26.04.2002 முதல் பெற்றுக்கொள்ளலாம். காசோலைகள், பணவிடைகள் மற்றும் அஞ்சல் ஆணைகள் ஏற்றுக் கொள்ளப்படமாட்டாது. 26.06.2002 அன்றோ அதற்கு பிறகோ எடுக்கப்பட்ட வங்கி வரைவுகளே ஏற்றுக் கொள்ளப்படும். விண்ணப்பிக்க உள்ள படிப்பை தெளிவாகக் குறிப்பிட வேண்டும்.

விண்ணப்பப் படிவத்தினை நேரில் பெற விரும்பும் விண்ணப்பதாரர்கள் ரூ. 60/-ஐ தொலைதூரக் கல்வி இயக்ககத்திலும் கீழ்க்கண்ட படிப்பு மையங்களிலும் அலுவல் நேரங்களில் நேரடியாகச் செலுத்தி விண்ணப்பப் படிவத்தினை பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

விண்ணப்பப் படிவங்கள் 19.09.2002 வரை அளிக்கப்படும்.

நிறைவு செய்யப்பட்ட விண்ணப்பங்கள் வந்து சேரக் கடைசி நாள்: 19.09.2002.

நேரடிச் சேர்க்கை:
நுழைவுத் தேர்வுக்கான நேரடிச் சேர்க்கை தொலைதூரக் கல்வி இயக்ககம் மற்றும் அனைத்து படிப்பு மையங்களிலும் அனுமதிக்கப்படும்.

1999-2000, 2000-2001, 2001-2002-ம் ஆண்டுகளில் நுழைவுத் தேர்வில் தேர்ச்சி பெற்று, வகுப்பில் சேர முடியாதவர்கள் இவ்வாண்டு நுழைவுத் தேர்வின்றி 2002-2003-ம் ஆண்டுக்கான விண்ணப்பத்தை பூர்த்தி செய்து அனுப்பி சேரலாம்.

நுழைவுத் தேர்வு 05.10.2002 மற்றும் 06.10.2002 ஆகிய இரண்டு நாட்களில் குறிப்பேட்டில் கொடுக்கப்பட்டுள்ள இடங்களில் நடைபெறும்

விண்ணப்பப் படிவம் மற்றும் சேர்க்கை பற்றிய விவரங்கட்கு, மாணவர்கள் நேரடியாக படிப்பு மையங்களையும், நேரடியாக அல்லது தபால் மூலமாக தொலைதூரக் கல்வி இயக்ககத்தையும், அணுகும்படி கேட்டுக் கொள்ளப்படுகிறார்கள். விண்ணப்பப் படிவங்கள் மற்றும் சேர்க்கை, தனிப்பட்ட அமைப்புகள் அல்லது நபர்கள் மூலம் வழங்கப்படுவதில்லை. முறைகேடான விண்ணப்பங்கள் நிராகரிக்கப்படும்.

தேசிய தரச்சான்று மற்றும் மதிப்பீட்டுக்குழு அண்ணாமலைப் பல்கலைக்கழகத்திற்கு நான்கு நட்சத்திர உயர்நிலை சான்றிதழை அளித்திருக்கின்றது.

டாக்டர் மு. ஆறுமுகம்
இயக்குநர்
இடம்: அண்ணாமலைநகர்

டாக்டர் மா. இரத்தினசபாபதி
பதிவாளர்
நாள்: 28.07.2002

படிப்புமையங்கள்

1. கொல்கத்தா: 19, சர்தார் சங்கர் ரோடு, (லேக் மார்க்கெட்டின் பின்புறம்) கொல்கத்தா - 700 029 (✆ 4667215), 2. கோயம்புத்தூர்: 402, முதல் மாடி, டாக்டர் நஞ்சப்பா சாலை, கோயம்புத்தூர் - 641 018 (✆ 234406), 3. காரைக்குடி: 2, தெற்கு ஏழாவது தெரு, சுப்பிரமணியபுரம், காரைக்குடி - 630 002 (✆ 435417), 4. சென்னை: 19, குக்குடவல்லி வெங்கடேஷ் சாலை, எழும்பூர், சென்னை - 600 008 (✆ 8555010, 8554003 / பேக்ஸ்: 8514823), 5. அம்பத்தூர்: 27, வடக்கு பூங்கா தெரு, வெங்கடாபுரம், அம்பத்தூர், சென்னை - 600 053 (✆ 6572169), 6. குரோம்பேட்டை: 138, ஜி.எஸ்.டி. ரோடு, (வெற்றி திரையரங்கு எதிரில்), குரோம்பேட்டை, சென்னை - 600 044 (✆ 2388035), 7. மதுரை: 180 & 181, வடக்கு மாசி வீதி, மதுரை - 625 001 (✆ 628527), 8. நாகர்கோவில்: 318-ஏ, கே.பி. சாலை, நாகர்கோவில் - 629 003 (✆ 230561), 9. புது தில்லி: 31-அ, இன்ஸ்டிடியூசனல் ஏரியா, துக்ளகாபாத் (பத்ரா மருத்துவமனை அருகில்), புது தில்லி - 110 062 (✆ 6087638, 6089082), 10. சேலம்: 15, டாக்டர் சுப்பராயன் தெரு, (பேலஸ் திரை அரங்கு அருகில்), சேலம் - 636 001 (✆ 451666), 11. திருநெல்வேலி: குமாரசாமி அம்மாள் சத்திரம், 181 பி திருவனந்தபுரம் ரோடு, திலகர் நகர், அருணாசலம் எதிர்புறம், வண்ணாரப்பேட்டை, திருநெல்வேலி - 627 003 (✆ 500913), 12. திருச்சி: 32-பி, 7வது குறுக்கு சாலை, தில்லைநகர், திருச்சி - 620 018, (✆ 765950), 13. வேலூர்: 4, தியாகராஜபுரம், (செல்வம் திரை அரங்கு அருகில்), வேலூர் - 632 001 (✆ 227647), 14. ஹைதராபாத்: 1-8-344, சந்திரா நிவாஸ், சிக்கடப்பள்ளி, ஹைதராபாத் - 500 020 (✆ 7661186), 15. புதுச்சேரி: 5, 3வது குறுக்குத்தெரு, நடேசன் நகர், புதுச்சேரி - 605 005 (✆ 200000), 16. பெங்களூர்: 347/1, ஆர்.வி. ரோடு, பெங்களூர் - 560 004 (✆ 6564926), 17. திண்டுக்கல்: 70/19-அ விவேகானந்தநகர், திண்டுக்கல் - 624 001 (✆ 424211), 18. ஈரோடு: 21/124, திருநகர் காலனி, ஈரோடு - 638 003 (✆ 214787), 19. நாமக்கல்: 84, சி.1, ஸ்ரீ வெங்கடேஸ்வரா காம்ப்ளக்ஸ், பழைய ரமேஷ் தியேட்டர் அருகில், திருச்சி மெயின் ரோடு, நாமக்கல் - 637 001 (✆ 313677), 20. திருப்பதி: 31-33-அ, முதல் மாடி, காந்தி ரோடு, திருப்பதி 517 501 (✆ 20174), 21. திருவனந்தபுரம்: டி.சி. 26/1340 முதல் தளம், பனவிளை ஜங்ஷன், தம்பானூர் ரோடு, திருவனந்தபுரம் - 695 001 (✆ 325141), 22. தஞ்சாவூர்: தமிழ்நாடு காம்ப்ளக்ஸ், எண். 70, ஸ்ரீனிவாசம் பிள்ளை ரோடு, தஞ்சாவூர் - 613 001 (✆ 379986), 23. காரைக்கால்: 185, பாரதியார் தெரு, காரைக்கால், 24. எர்ணாகுளம்: சாகர் நிவாஸ், காரைக்காமுறி பரம்பில் ரோடு, எர்ணாகுளம், 25. தூத்துக்குடி: லாரன்ஸ் பிரண்ட்ஸ் பள்ளி வளாகம், 329, தெற்கு காட்டன் ரோடு, தூத்துக்குடி - 628 001 (✆ 326668), 26. மும்பை: செம்பூர் கர்நாடகா இன்ஸ்டிடியூட் பில்டிங், பள்ளி எதிர்புறம், பிள்ளை காலனி அருகில், ஆர்.சி. மார்க் ரோடு, செம்பூர், மும்பை - 400 071, 27. பாட்னா: நேதாஜி சுபாஷ் இன்ஸ்டிடியூட், இரண்டாவது தளம், பத்ராவ தொழிற்கல்வி கட்டிடம், கங்காபூர், பாட்னா, 28. சண்டிகர்: எஸ்.சி.ஓ. - 74, செக்டார் - 46, முதல் தளம், சண்டிகர், 29. திருவண்ணாமலை: எண். 22பி, சிவராத்திரி மடம் வீதி, திருவண்ணாமலை - 606 601, 30. விருதுநகர்: எண். 389/135, மெயின் பஜார் ரோடு, விருதுநகர் - 626 001 (✆ 38373), 31. உதகமண்டலம்: சிகரம் காம்ப்ளக்ஸ், கமர்சியல் ரோடு, உதகமண்டலம் - 01, 32. விசாகப்பட்டினம்: எண். 47-9-18, இரண்டாம் தளம், மூன்றாவது லேன், துவாரகா நகர், விசாகப்பட்டினம் - 530 016, 33. காஞ்சிபுரம்: எண். 349, மேற்கு ராஜ வீதி, காஞ்சிபுரம், 34. விழுப்புரம்: எண். 27, இரண்டாவது தளம், உட்லேண்ட்ஸ் தோட்டம், சென்னை - திருச்சி மெயின் ரோடு, விழுப்புரம் - 605 602, 35. திருவாரூர்: எண். 48-பி, பேங்க், தெற்கு மெயின் வீதி, திருவாரூர், 36. விருத்தாசலம்: எண். 105, விருதை சாகுல் காம்ப்ளக்ஸ், பட்டுமணி, விருத்தாசலம்-10, 37. தர்மபுரி: காவேரி பவன், 10-அ, கந்தசாமி வேதியர் தெரு, தர்மபுரி - 636 702, 38. ஓசூர்: 69, இந்திரா நகர், ஓசூர் - 635 109 மற்றும் 39. புனே, 40. தேனி, 41. நாகப்பூர், 42. புவனேஸ்வர், 43. லக்னோ, 44. ஜெய்ப்பூர், 45. கொழிஞ்சாம்பாறை, 46. புதுக்கோட்டை.



திருமதி மோஹினி மணி :
(நடிகர் அஜித்தின் தாயார்)

"எனக்கு மூன்று மகன்கள் இருக்கிறார்கள். மூன்று பேரையுமே நினைத்து நான் பெருமைப்படுகிறேன். அஜித். ஆசான் மெமோரியல் பள்ளியில் படிக்கும்போது அவனும் அவனுடைய தம்பி அனிலும் பள்ளியின் கிரிக்கெட் டீமில் விளையாடினார்கள். அவர்கள் வெற்றி பெற்றார்களா என்று சரியாக நினைவிற்கு வரவில்லை என்றாலும் முதன் முதலில் இருவர் பெயரும் பேப்பரில் வந்த போது பெருமையாக இருந்தது."



வும்.

நேப்தால் சாயக் கலவைக்குத் தேவையானவை :

1. நேப்தால் - 5 கிராம்,
2. டர்க்கி ரெட் ஆயில் (அ) சோப் ஆயில் சிறிதளவு,
3. காஸ்டிக் சோடா - 5 கிராம்,
4. சுடுதண்ணீர் - சிறிதளவு.

கலக்கும் முறை :

நேப்தால் பொடியை டர்க்கி ரெட் ஆயில் சேர்த்து ஸ்பூனால் நன்கு அடித்துக் குழைக்கவும்.

இக் கலவையில் சிறிது சுடுநீர் சேர்க்கவும்.

இதில் காஸ்டிக் சோடா சேர்த்துக் கரைக்கவும்.

இக் கலவையில் துணியைத் தேவையான நேரம் ஊறவிடவும். பிறகு பேஸ் கலவையில் நனைக்கவும்.

பேஸ் கலவைக்குத் தேவையான பொருட்கள் :

1. பேஸ் பொடி - 5 கிராம் (அ) தேவையான அளவு,
2. ஹைட்ரோக்ளோரிக் ஆசிட் - பேஸ் போல 3 பங்கு,
3. அலுமினியம் சல்பேட் - பேஸ் போல 3 பங்கு
4. சோடியம் நைட்ரேட் - பேஸ் போல ½ பங்கு
5. சோடியம் அசிடேட் - பேஸ் போல 1 பங்கு
6. குளிர்ந்த நீர் - சிறிதளவு.

பேஸ் கலக்கும் முறை :

• பேஸ்ஸைத் தண்ணீரில் கரைத்து வடிகட்டவும்.

• இதில் ஹைட்ரோக்ளோரிக் ஆசிட்டை ஊற்றி நுரை அடங்கும் வரை வைக்கவும்.

• பிறகு அலுமினியம் சல்ஃபேட்டைத் தண்ணீரில் கரைத்து பேஸ் கலவையில் சேர்க்கவும்.

• சோடியம் நைட்ரேட்டைத் தண்ணீரில் கரைத்து இக் கலவையுடன் சிறிது சிறிதாகச் சேர்க்கவும்.

• சோடியம் அசிடேட்டைக் குளிர்ந்த நீரில் கரைத்துச் சேர்க்கவும்.

• இக் கலவையைத் துணி நனையும் அளவு தண்ணீரில் கலக்கி, நேப்தாலில் நனைத்து ஊறவைத்த துணியை அமிழ்த்தவும்.

• 10 நிமிடங்கள் கழித்து எடுத்து அலசி காயவிடவும்.

பாத்திக் சாயங்கள், மெழுகு, பாத்திக் ஊசி, பிரஷ், கெமிக்கல்கள் சாயக்கடைகளில் கிடைக்கும்.

சாயம் போடும் முன் ஏப்ரன் அணியவும். கைகளுக்கு ரப்பர் உறைகள் அணிவது நல்லது.

முதலில் ஒன்று அல்லது இரண்டு நிறங்களில் சிறிய பாத்திக் ஓவியம் செய்து பழகிய பின் பெரிய அளவு பாத்திக் செய்யவும்.

• கெமிக்கல்கள், ஆசிட் வகைகளைச் சாயத்துக்குத் தேவையான அளவு மட்டுமே வாங்கவும். நாட்பட வைத்தால் நன்கு பராமரிக்காவிட்டால் கெட்டு விடும்.

• பாத்திக் ஓவியங்களுக்குக் குளிர்ந்த நீரில் ஏற்றக்கூடிய சாய வகைகளே சிறந்தவை.

நாப்தால் போலவே 'வாட்' டைகளும் இவற்றிற்கு ஏற்றவை.

பாத்திக் துணி ஓவியங்கள் தயாரித்தல் வீட்டிலிருந்தபடியே பொருள் ஈட்ட சுலபமான வழி.

ராசிக்கல் மோதிரம் வாங்க ராசியான கடை P.R. ஜுவல்லரி

P.R. JEWELLERY

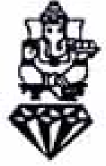


GOLD, SILVER, DIAMOND & BIRTH STONES

Old No. 102, New No. 138, USMAN ROAD,

T. NAGAR, CHENNAI - 600 017.

PH: 4344442., 4327764 TUESDAY HOLIDAY



(10.00 AM to 1.30 — 3.30 PM to 8.00 PM)

PROPRIETOR : P. RAVINDHIRAN

எங்கு ஜோதிடம் பார்த்தாலும் P.R. ஜுவல்லரிக்கு வந்து ரூ. 400/-க்கு ராசிக்கல் மோதிரம் வாங்கி பயன்பெறுங்கள். கல் ஒரிஜினல் என முழு உத்திரவாதம் தருகிறோம். மொத்தம் 27 நட்சத்திரம் உள்ளன. 12 ராசிகள் உள்ளன. 9 ரத்தினங்கள் உள்ளன. நவரத்தின மோதிரம் அனைவரும் அணியலாம். 9 கிரகங்களின் பலனைத் தரும். 5 CENT வைரம் வைத்து (1பவுன்) 8 கிராம் தங்கத்தில் விலை ரூபாய் 8500/- ராசிக்கல் மோதிரங்கள் வெள்ளியில் அணிவது சிறந்தது. மேஷ ராசி, விருச்சிக ராசிக்காரர்கள் அணிய வேண்டியது பவழம். 2 CARAT பவழம் வைத்து வெள்ளி மோதிரம் விலை ரூபாய் 400/-. ரிஷபராசி, துலாம் ராசிக்காரர்கள் அணிய வேண்டியது வைரம். 5 CENT வைரம் வைத்து வெள்ளி மோதிரம் விலை ரூபாய் 2250/-. மிதுன ராசி, கன்னி ராசிக்காரர்கள் அணிய வேண்டியது மரகத பச்சை. 20 CENT மரகத பச்சை வைத்து வெள்ளி மோதிரம் விலை ரூபாய் 400/-. கடக ராசிக்காரர்கள் அணிய வேண்டியது முத்து. 2 CARAT முத்து வைத்து வெள்ளி மோதிரம் விலை ரூபாய் 400/-. சிம்மராசிக்காரர்கள் அணிய வேண்டியது மாணிக்கம். 20 CENT மாணிக்கம் வைத்து வெள்ளி மோதிரம் விலை ரூபாய் 400/-. மகர ராசி, கும்பராசிக்காரர்கள் அணிய வேண்டியது நீலம். 20 CENT நீலம் வைத்து வெள்ளி மோதிரம் விலை ரூபாய் 400/-. தனுசு ராசி, மீனராசிக்காரர்கள் அணிய வேண்டியது புஷ்பராகம். 1 CARAT புஷ்பராகம் வைத்து வெள்ளி மோதிரம் விலை ரூபாய் 400/-. தனுசு ராசி, மீனராசிக்காரர்கள் கனக புஷ்பராக மோதிரமும் அணியலாம். 50 CENT கனகபுஷ்பராகம் வைத்து வெள்ளி மோதிரம் விலை ரூபாய் 1000/-.

அனைவரும் அணியக்கூடியது கார்னெட் வெள்ளி மோதிரம் விலை ரூ. 400/-.

இதை அணிவதால் படிப்பு, ஞாபகசக்தி, வேலை வாய்ப்பு, வியாபாரம் செல்வ வளம் பெருகும். எல்லா ராசி மோதிரங்களும் வெள்ளியிலும், தங்கத்திலும் உடனடியாகக் கிடைக்கும். தங்கத்தில் ஒவ்வொரு ராசிக்கும் மோதிரம் ரூபாய் 1800/- முதல் 5000/-ம் வரை உடனே கிடைக்கும். எங்களிடம் ஜாதகம் பார்க்க எந்தவித கட்டணமும் கிடையாது. தபால் எழுதினால் முழு விவர பாம்லட் இலவசமாக அனுப்புகிறோம்.

எங்களது சிறப்புப் பேட்டி ராஜ் டீ.வி.யில் காலை 7 To 7.10 மணிக்குள் திங்கள், புதன், வியாழன், வெள்ளி, சனி அன்றும் ராஜ் டிஜிட்டல் டீ.வி.யில் புதன், வியாழன், வெள்ளி மாலை 5.15 To 5.30 மணிக்குள் பார்க்கலாம்.

* உங்கள் சகோதரி.

என்னுடைய துக்கம் சற்று வித்தியாசமானது. சுய நினைவு இல்லாத, மிகவும் வயது அதிகமான இவரது தாயாரை நாங்கள் தான் வைத்துக் கொண்டிருக்கிறோம். ஆபீஸ் போகும் வரை இவர் பார்த்துக் கொள்வார். நான் மாமியாரை வைத்துக் கொள்ளக் கூடாது என்று சொல்ல வரவில்லை. ஆனால் மிகவும் கஷ்டம்.



அவளுக்கு வயிற்றுக்குள் உணவு போவதில்லை. உணவைப் பாழ் செய்வார். சுயநினைவு இல்லாததால் நாங்கள் ஒன்றும் சொல்ல முடியவில்லை. நான் தாங்க முடியாத கஷ்டத்தில் இருக்கிறேன். கண் எதிரே சாதம், தோசை எல்லாவற்றையும் வீண் செய்வதால், எனக்கு மிகவும் கலக்கமாய் உள்ளது.



எனக்குக் குழந்தை இல்லாததால் எல்லோரும் என்னிடம் தள்ளி விட்டார்கள். எனக்கு அவள் துணை. அவளுக்கு நான் துணை என்று ஆகிவிட்டது. வெளி உலகைப் பார்க்கவே முடியவில்லை.

வீட்டிலிருந்தபடி நான் ஏதேனும் செய்ய முடியுமா? உடம்பை மிகவும் படுத்துகிறது. துக்கத்தினால் என்னென்ன கஷ்டங்களோ வருகிறது. இவர் ஆண் என்பதால் இவருக்கு என் நிலைமை புரியவில்லை. நான் வீணாகக் கற்பனை பண்ணிக் கொள்வதாகக் கூறுகிறார்.

சரியாகச் சொன்னீர்கள், துக்கத்தினால் ஏதேதோ கஷ்டங்கள் வருகின்றன என்று. உண்மையில் நீங்கள் மனம் நொந்து போயிருப்பதால், உடம்பு மிகவும் நலிவடைந்து இருக்கிறது. முதலில் சரி செய்ய வேண்டியது மனதை. மாமியார் அளைந்து இறையும் அதே சாதம், தோசையை ஒரு குழந்தை இறைத்தால் வருத்தப் படுவீர்களா? மாட்டீர்கள்.

"ஏண்டி கண்ணா இப்படிப் படுத்துறே?"

என்று செல்லம் கொஞ்சுவீர்கள். மாமியாரை அப்படிக் கொஞ்ச வேண்டியதில்லை. ஆனால் ஒரு தாயின் உணர்வோடு புரிந்து கொள்ளலாம். பார்க்கப் போனால் வயதானவர்களும், குழந்தைகளும் ஒரே மாதிரிதான்.

'ஐயோ நமக்கு இப்படி வாழ்க்கை அமைந்து விட்டதே!' என்று பார்க்காமல் இந்த வாழ்க்கையில் எப்படி சந்தோஷமாக வாழலாம் என்று பார்க்கலாம். நிறைய கை வேலைகள் செய்யலாம். உங்களுக்கு எதில் சுவாரஸ்யம் இருக்கிறதோ அதைக் கற்றுக் கொண்டு செய்யுங்கள்.

மனதை நினைவுகளால் பலவீனப்படுத்திக் கொள்ளாமல், அடுத்து என்ன செய்வது எனத் திட்டமிட்டுக் கொண்டே போனால் இத்தகைய தளர்ச்சி வராது.

லட்சுமி சந்தானம், கிழக்கு தாம்பரம்.

நடு-வட்டம்

குடும்பப் பிரச்சினையா, கணவன் மனைவி தகராறா மாந்திரீகர்

களிடமும் ஜோதிடர்களிடமும் சென்று சரண் அடைந்து பணத்தை விரயமாக்கி சொத்துக்களை இழக்கும் மனிதர்களையும், நோயாளி பிழைக்க மாட்டான் எனத் தெரிந்தும் உயிர் போகும் வரை அவனை வைத்துப் பணம் பண்ணும் வைத் தியர்களைப் பற்றியும், வழக்கில்லாமல் விவகாரத்தை முடிக்கலாம் என்றாலும் கட்சிக்காரர்களை வைத்துப் பணம் கறக்கும் வழக்கறிஞர்களையும்... இப்படி நாட்டிலே பலர் பணம் பண்ணுவதை மக்கள் உணரும்படி ஏமாறாது இருக்க வழி சொல்லுங்களேன்.



சகோதரிகளுடன் கலந்துரையாடல் மஞ்சுளா ரமேஷ்

நீங்களே சொல்லி விட்டீர்கள் ஏமாறுகிறார்கள் என்று. ஏமாறுகிறவன் இருக்கிறவரை ஏமாற்றுபவனும் உண்டு. நீங்கள் சொல்லும் யாருமே தானாக வலிய வந்து, "என்னிடம் வாருங்கள்" என்று கூவுவதில்லை. நாமாக போய் மாட்டிக் கொள்வதுதான். இத்துறைகள் என்றில்லை, எதிலுமே விழிப்புணர்வுடன் இருந்தால் நம்ம காசு போகாது. ஏமாற்றுகிறார்கள் என்று தெரியும் போது தட்டிக் கேட்கும் தைரியம் வேண்டும். அது பெரும்பாலோரிடம் கிடையாது.

உண்மையான ஜோஸியர்கள், டாக்டர்கள், வக்கீல்கள், சமுதாயத்தின்பால், மனிதகுலத்தின்பால் அக்கறை கொண்டவர்கள் இருக்கிறார்கள். நாம் தேடிக் கண்டடையலாமே!



இருத்திகா....

நட்பு நீடிக்கக்கூடியதா அல்லது ஓரளவுதான் இருக்க வேண்டுமா, அதிகம் பழகினால் அலட்சியத்திற்குள்ளாக நேரிடுமா -

மூன்று வருடங்களாக என் ஒரு நட்பு பிரமிக்கும்படி வளர்ந்தது... தினம் என்னைப் பார்க்காமலிருந்தால் என்னமோ போல் உள்ளது என என் சிநேகிதி ஓடி வருவாள்...

அதிக உரிமை எடுத்துக் கொண்டேன்... விளைவு... ஒரே சொல் ஏதோ ஒரு சமயத்தில் சொல்ல அதுவே எங்கள் பிரிவுக்குக் காரணமாகி விட்டது.

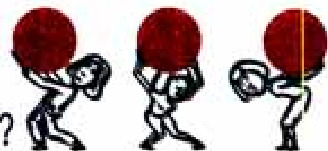
என்ன செய்வது?



நட்பு ஓர் அற்புதமான உறவு. நட்பு நட்புக்காக மட்டுமே வைத்துக் கொள்ளும் போது உள்ளிருந்து பெருகிவரும் அன்பு இருக்கிறதே... அது அனுபவித்து உணர வேண்டிய ஒன்று. ஆனால் நண்பரிடம் ஏதோ ஒன்றை எதிர்பார்த்து நட்பு கொள்ளும்போது அது நட்பே இல்லை. 'அதிக உரிமை' என்பதும் அப்படிப்பட்டதுதான். 'இவள் என் தோழி' என சொந்தம் கொண்டாடி நம்மோடு இறுக்கிக் கொள்ளச் செய்யும் முயற்சி.

எந்த எதிர்பார்ப்பும் இல்லாமல் ஒருவர் மேல் அன்பு செலுத்துவது என்பது ஓர் அழகிய அனுபவம்... முயற்சி

கடுமையான மாதவிடாயின்



பிடியில் உங்கள் வாழ்க்கை இருக்கிறதா? கவலையை விடுங்கள்!



www.ControlHeavyPeriods.com

சமாளிக்க முடியாத கடுமையான மாதவிடாய் பிரச்னைக்கு 30 நிமிட எளிய சிகிச்சை மூலம் தீர்வு காணமுடியும்.

மிக அதிகமான மாதவிடாய் ரத்தப்போக்கு மெனோராஜியா எனப்படும். உலகெங்கிலும் உள்ள பெண்களில் 5ல் ஒருவருக்கும் அதிகமானோர் இந்த பிரச்னையால் பாதிக்கப்படுகிறார்கள். இருந்தும் மெனோராஜியா பிரச்னை இருக்கும் பெண்களில் பாதிபேர் அதற்கான சிகிச்சை எடுத்துக் கொள்வதில்லை. ஏனென்றால் மாதவிடாய் இரத்தப் போக்கை சராசரியாக 86% வரை குறைக்கும் என்று நிரூபிக்கப்பட்ட எளிய சிகிச்சை முறை ஒன்று இருப்பது அவர்களுக்கு தெரியாது. கைனேகேர் **தெர்மாசாய்ஸ் யூட்டரின் பலூன் தெரப்பியால்** (Thermachoice Uterine Balloon Therapy) கருப்பையிலுள்ள சவ்வுத்திரைக்கு சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. இந்த சிகிச்சை பாதுகாப்பானது. மேலும் ஆற்றல் மிக்கது என்பதால், பெரும்பான்மையான பெண்களின் அமோக வரவேற்பை பெற்றுள்ளதாக ஆய்வுகள் கூறுகின்றன. 96% பெண்கள் இந்த சிகிச்சை எடுத்ததிலிருந்து குறைந்தபட்சம் மூன்று ஆண்டுகள் வரை எந்த பிரச்னையும் இல்லாமல் திருப்தியாக இருக்கிறார்கள். இந்த 30 நிமிட ஒரே முறை சிகிச்சைக்கு மருத்துவமனையில் தங்க வேண்டியதில்லை. பெரும்பான்மையானவர்கள் அடுத்த நாளே அலுவலக வேலையிலோ அல்லது வீட்டு வேலையிலோ ஈடுபடுகின்றனர். மற்ற மருத்துவ முறைகளில் உள்ளது போல தெர்மாசாய்ஸ் உபயோகத்திலும் சில அசௌகரியங்கள் உள்ளன. உங்களுக்கு இந்த சிகிச்சை முறை ஏற்றதா என்று உங்கள் டாக்டரிடம் கேட்டு தெரிந்து கொள்ளவும்.

தெர்மாசாய்ஸ் சிகிச்சை

கடுமையான மாதவிடாயை கட்டுக்குள் வைத்திருக்கும்



Johnson & Johnson

மேலும் அதிக தகவல் அறிய எழுதுக:

Women's Health

499, அண்ணா சாலை, சென்னை - 600 018.
தொ: 434 5635/23/25/3530,
பேக்ஸ்: 044-4346718.
செய்க: thermachoice@jnjin.jnj.com

"புதுமையான ஆரோக்கியப் பராமரிப்பு தீர்வுகளால் பெண்களின் வாழ்க்கைத்தரத்தை மேம்படுத்துகிறது"

ஆகஸ்ட் 2002 இதழில், நட்பு வட்டத்தில், சகோதரிகளுடன் கலந்துரையாடல் பகுதியில் திருமதி மஞ்சுளா ரமேஷ் அவர்கள், டாக்டர் கலாம் பற்றிய ஒரு சகோதரியின் கேள்விக்கு பதிலளித்துள்ளார். அக் கேள்வியில் ஒரு சகோதரி டாக்டர் கலாம் திருமணம் செய்து கொள்ளாததால்தான், டாக்டர் கலாம் இவ்வளவு தூரம் சாதிக்க முடிந்தது என்று கூறியதாகக் குறிப்பிட்டுள்ளார். அதற்கு பதிலளித்த திருமதி மஞ்சுளா ரமேஷ் அவர்கள், குடும்ப வாழ்க்கையில் நீந்திக் கொண்டே தான் நினைத்ததை ஓராவே சாதித்துக் கொள்பவர் பெரிய சாதனையாளர்தான் என்று பதிலளித்துள்ளார். மங்கையர் மலரின் இக் கேள்வி - பதிலை படித்த டாக்டர் ஏ.பி.ஜே. அப்துல்கலாம் அவர்கள், திருமணம் பற்றி அவரின் கருத்து தவறாக வெளிப்படுகிறது என்பதையும், அவரின் சரியான கருத்து என்னவென்பதைப் பற்றியும் அவரே கூறியதாவது :

"எங்கள் குடும்பம் மிகப் பெரிய குடும்பம். அப்பேர்ப்பட்ட குடும்பத்திலிருந்து வந்த எனக்கு, சகோதர, சகோதரிகளின் பாசமும், நேசமும், பெற்றோர்களின் பரிவும், அரவணைப்பும் கொண்ட, குடும்பம் என்ற மகிழ்ச்சி கடல், என்றென்றும் என் நெஞ்சை விட்டு அகலாது. மகிழ்ச்சி பொங்கும் குடும்ப வாழ்வின் அஸ்திவாரமே திருமணம்தான். திருமண வாழ்வில் ஈடுபட்ட சிறந்த சாதனையாளர்கள் பல்லாயிரக்கணக்கானவர்கள் இருக்கிறார்கள்."



டாக்டர் கலாமின் மேற்கூறிய கருத்துக்கள் மூலமாக இல்வாழ்விலிருந்தாலும், பிரம்மச்சாரியாக இருந்தாலும், தாம் சாதிக்க வேண்டுமென்ற எண்ணமிருந்தால், அனைவரும் (ஆண் - பெண் என்ற வித்தியாசமில்லாமல்) சாதிக்கலாம் என்பதைத் தெளிவாக உணரலாம்.

மேலும், 18 வருடங்களாக டாக்டர் கலாமை அறிந்தவன் என்ற முறையில், அவரின் தனிப்பண்பை மலரின் வாசகர்களுக்குத் தெரிவிக்க விரும்புகிறேன்.

டாக்டர் கலாம், குடும்பத்தையும், பண்பாட்டையும் மிகவும் மதிப்பவர். அவரைப் பார்க்க வருகிறவர்கள், வீட்டிலுள்ள குழந்தைகளைப் பற்றியோ அல்லது வயதான அப்பா அம்மாவைப் பற்றியோ, கூறினால் மிகவும் ஆர்வமாகக் கேட்பார். மேலும், "அப்பா அம்மாவை நன்றாகப் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். அவர்களைக் கவனித்துக் கொள்ளும் மிகப் பெரும் பாக்கியம் உங்களுக்குக் கிடைத்திருக்கிறது" என்றும் கூறுவார்.

மங்கையர் மலர் மிகச் சிறந்த குடும்பப் பத்திரிகை. இதன் மூலமாக டாக்டர் கலாமின் சரியான கருத்து என்னவென்பதை பிரசுரித்து மலரின் வாசக/வாசகியர்களுக்குத் தெரியப்படுத்துமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- எஸ். ரங்கராஜன், புதுதில்லி - 91.

செய்து பாருங்களேன்... ஒருவரை ஒருவர் பார்க்காமலே நண்பர்களாக இருந்த கதையெல்லாம் படித்திருப்பீர்களே!

விஜயலட்சுமி சிவசுப்ரமணியம், ஆதம்பாக்கம்.

சென்ற அமாவாசை அன்று டூ-வீலரில் வேலை நிமித்தம் சென்று வர வேண்டியிருந்தது. திரும்பி நாங்கள் வீடு வருவதற்குள் போதுமென்றாகி விட்டது. வழிநெடுகிலும் உடைந்தும், உடையாததுமான சிவப்புக் கலர் (குங்குமம்) பூசணிக்காய்த் துண்டுகள். இரண்டு டூ-வீலர்காரர்கள் விழுந்தே விட்டார்கள். நாங்கள் மட்டுமல்ல. அநேகமாக பாதசாரிகள் முதல் அனைவரும் பட்ட அவஸ்தை கொஞ்ச நஞ்சமல்ல. அத்தனை பேரின் சாபத்தையும் பூசணி உடைத்தவர்கள் பெற்றார்கள். இதற்கு என்னதான் வழி?

பொதுவாக நம் மக்களிடையே 'சமூக ப்ரக்ஞை' என்பதே கிடையாது என்று கூடச் சொல்லலாம். யாரும் நம்மைக் கண்காணிக்க வில்லையென்றால் எது வேண்டுமானாலும் செய்வோம். டிராஃபிக் நேரத்தில் எப்படியாவது முந்திச் செல்ல வேண்டும் என்று ஓட்டுபவர்களைப் பாருங்கள்.

திருவண்ணாமலை கிரிவலத்தில் லட்சக் கணக்கில் காலில் செருப்பில்லாமல் நடப்பார்கள். மிகப் பலர் எச்சில் துப்பிக் கொண்டே செல்வார்கள்! இப்படி நிறைய உதாரணங்கள் சொல்லலாம்.

நாம் இப்படிச் செய்தால் மற்றவர்கள் பாதிக்கப்படு

வார்களே என்று மிகச் சின்ன விஷயத்திலிருந்து பெரிய விஷயம் வரை நிறைய பேர் சிந்திப்பதே கிடையாது. அதில் ஒன்றுதான் இந்தப் பூசணிக்காய் விவகாரம். அங்கேயே டூ-வீலரை நிறுத்தி விட்டுத் தட்டிக் கேட்கலாம். ஆனால் நேரமும், தைரியமும் வேண்டும்.

நம் மக்களின் சமூக சிந்தனை நிறைய மாற வேண்டியுள்ளது.

லக்ஷ்மி ஸ்ரீனிவாஸ்,

அன்னதானம் மக்களைச் சோம்பேறியாக்குகிறதா என்ற கேள்விக்கு நீங்கள் அளித்த விளக்கம் மிகவும் அருமை. இதே அன்னதானம் பற்றி சமீபத்தில் ஏற்பட்ட சர்ச்சையில் மீண்டும் உங்கள் கருத்தைக் கேட்க விரும்புகிறேன். சமீபத்தில் நானும் என் கணவரும் உஜ்ஜயினி சென்றிருந்தோம். பக்கத்திலிருக்கும் பிரபல ஆச்ரமத்தில் 'அன்னதானம் நடைபெறுகிறது, அங்கு சாப்பிடலாம்' என்று பண்டிட்ஜி சொல்ல, அங்கு போனோம்.

காய்கறிகளுடன் நல்ல சாப்பாடு, தலைக்கு மூன்று ரூபாய் வசூலித்தார்கள். என் கணவர் எங்கள் பங்கிற்கு இருக்கட்டும் என்று 51 ரூபாய் கொடுத்த போது வாங்க மறுத்து விட்டார்கள். இது அன்னதானம் என்றால் நீங்கள் மூன்று ரூபாய் வசூலிப்பதும் தவறு என்று அங்கிருந்த சிலர் சர்ச்சை எழுப்பினார்கள். ஆச்ரம நிர்வாகிகள் யாரும் அப்போது அங்கில்லை, அதனால் அவர்களால் சரியான பதில் சொல்ல முடியவில்லை! உங்கள் கருத்து என்ன?

இலவசமாக உணவு வழங்குவதை விட ஒரு சிறிய தொகையைப் பெற்றுக் கொண்டு அளிப்பது என அவர்கள் தீர்மானித்திருக்கலாம். அதிகப் பணம் கொடுத்த போதும் வாங்க மறுத்ததில் இருந்தே அவர்கள் நேர்மை தெரிகிறது. மருத்துவ முகாம்களில் கூட ஒரு ரூபாய் பெற்றுக் கொண்டு மருத்துவ சேவை செய்வார்கள். பெற்றுக் கொள்பவர்களுக்கும் ஒரு சிறிய பங்கு இருக்க வேண்டும் என்ற நல்ல நோக்கமே அது.

பாராட்ட வேண்டிய விஷயங்களை மனம் திறந்து பாராட்டுவோமே!

ஒரு வாசகி.

எனக்குக் குழந்தைகள் என்றால் மிகவும் பிடிக்கும். முதலில் ஒரு பையன். எனக்கு இன்னொரு குழந்தை வேண்டும் என்று ஆசை. என் கணவருக்கு இதில் விருப்பம் இல்லை. பல சமயங்களில் என் விருப்பத்தைத் தெரிவித்தும் அவர் இசையவில்லை. தற்போது கருத்தடை சாதனம் உபயோகிப்பது எனக்கு எரிச்சலாக உள்ளது. என் குழந்தை பிற்காலத்தில் தனி ஆளாக நின்று கஷ்டப்படுவானோ என்றும் தோன்றுகிறது.

இனிமேல் இன்னொரு குழந்தை பெறுவது சாத்தியமா? அவருக்கு வயது 42. ஷுகர் உள்ளது. அல்லது என் கருத்தை அவருக்கு எப்படித் தெரிவிப்பது?

உங்கள் இருவரில் ஒருவர் மனமார விட்டுக் கொடுத்து அதைப் பற்றிப் பிற்காலத்தில் வருத்தப் படாமல் இருப்பதே நல்லது. ஏனெனில் இதுவே உள்ளுக்குள் மிகப் பெரிய வெறுப்பை வளர்க்கக் கூடிய விஷயமாக மாறலாம். பல குழந்தைகளுக்கு மத்தியில் பிறந்த உங்கள் கணவர், அனைவரோடும் சேர்ந்து இருப்பதால் ஏற்படும் சகோதரபாசத்தை உணராமலா இருப்பார்? இதைப் பற்றித் தகுந்த சமயம் பார்த்து அவரிடம் மனம் திறந்து பேசுங்கள். அவரின் கருத்தையும் கேளுங்கள். இருவரில் யாருடைய கருத்து சிறந்தது என்பதை இருவருமே சேர்ந்து முடிவெடுப்பதுதான் நல்லது. எதுவானாலும் ஓரிரு வருடங்களில் தாய்மை அடைவதே நல்லது. ஏனெனில் வயது கூடிய பிறகு தாய்மைப்பேறு சிரமங்களைத் தரும்.

சென்ற இதழில் பருவப் பெண்கள் மார்பக வளர்ச்சி சரியாக இல்லாமையால் படும் மன உளைச்சல்கள் படித்தேன். என் மகள் 14 வயது. 10 வயதிலேயே பூப்படைந்து விட்டாள். அவளுடைய உள்ளாடை அளவு இப்போது 36 (-90)செ.மீ., பருவப் பெண்களின் மேல் படரும் கூச வைக்கும் பார்வைகள் பற்றி உங்களுக்குத் தெரியும். மார்பக வளர்ச்சிக்கு மாதுளம் பழத் தோல் பற்றி எழுதியிருந்தீர்கள். அதே போல் குறைவதற்கும் ஏதாவது வழி உள்ளதா என்று எழுதவும். என் போல் தாய்மார்கள் பலர் இருக்கக்கூடும்.

- சங்கடப்படும் ஒரு தாய்

திருமண மலர்



மணமகள் தேவை

● Alliance invited from good-looking graduate girl for highly successful Carnatic musician (Iyer, Athreya, Rohini, B.Sc, 35/165). Apply with horoscope to box No. 18844 email: matrimonialcontact@rediffmail.com

● Fair, smart, graduate (30, Ashtasastram, Kashyapa) renowned, well earning, Mrudangam artiste seeks graduate, homely, working girl. Subsect acceptable. Write to Box No. 18845 email: poornas@hotmail.com; veesrini@eth.net.

● Iyer, Vadamal, Gowndanyam, Revathi, 35, 5'2" B.A, LIC Agent, Only son, Own Flat, House at village also seeks Decent home loving educated girl, minimum 10th simple decent marriage. Ph: 8446085 Box No. 18846

● Mother Brahmin, Father Pillai, Own house, Ayilyam Third Patham, 28, B.Sc, Central Govt. seeks graduate girl below 24 from decent family preferably Pillai. Phone 2421508. Box No. 18847

● For Iyer Vadama, Bharatwaja, Chithirai 3rd, 33, 172, B.Com, Own Business (Offset Printing), 25000 from middle class, beautiful, homely girl. Subsect no bar. Contact 0838228004/0422401288. Box No. 18848

● Iyer, Vadama, Gowsikam, Thiruvathirai, 40 yrs, 5'10", Pre Degree (B.Com) Own business, Rs. 15000/- per month, Own house, seeks home loving, good looking girl from decent family. Box No. 18849

● Vadakalai, Iyengar, Kousikam, Thiruvathirai, 30, 168, D.M.E, Pvt Employed, seeks suitable employed, employable girl. Early marriage, preferred, Send horoscope. Box No. 18850

● Vadakalai, Gouthama, Uthiradam, B.Sc, MCA, 28, 5'9", 7.5 Lacs per Annum, employed in Bangalore, seeks, fair, slim, employed girl with transferable job. Contact Phone 2420422. Chennai Box No: 18851

● Alliance for Vadamal, Viswamithram, fair, 48/49, 175, Not married, MBBS, MRCP, based California from 40-45, educated, spinster 165-170, good looking from good family. Contact with details Bangalore 5271499 or write to Box 18852.

● Iyer, Vadamal, Kousikam, Visagam, 31/5'6", Own Business 10,000/- doing M.A. Seeks homely girl. Sub sect no bar. Contact (044) 4982539. Box No. 18853

● Vadamal, Hastam, Moudgalya, 178 cm/32, Mars in Fourth house, B.Com(Hons), employed, MNC, (Ericsson), Delhi, Rs.18000/- seeks qualified, bride with Mars in 2/4/12th Place, Ph:080-5654728. Box No. 18854

● D.O.B 4.4.73, ரேவதி, ஆத்ரேய கோத்திரம், வடமாள், சென்னையில் தனியார் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் பட்டதாரி வரனுக்கு வேலைக்குச் செல்லும் அரசு, ஆசிரியர் பெண், வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண். 18855.

● Iyer, Srivatsam, Vadamal, Bharani, 46, 166 cm, B.Sc, Senior Auditor, Central Government, Rs. 10,000/-, Legally Divorced, No encumbrance propertied seeks good looking, homely girl. Box No. 18856

● Iyer, Ashtasahasram, Padarayana, Mirugasheersham, 30, 6 ft, Sales Manager, MNC, Chennai, 3 lakhs p.a, seeks Graduate, Good looking, employed/unemployed good family girl. Subsect no bar. Early marriage, 3771249, 3771382. Box No. 18857

● Palghat Iyer, Vadama, Koushikham, 42 years, Swathi, DME, Own Electrical Contract Business, Tall, good looking, fair, clean habits, teetotaller requires suitable qualified working girl. Telefax (091)(0413)(200417). Reply to Box No. 18858

● தமிழ் ஐயர், பிரஹசரணம், கௌசிகம், மூலம் 3ம் பாதம், 5'4", 36, 7500, பி.காம், (எம்.சி.ஏ), செவ்வாய் சற்று ஊனம், தனியார் கம்பெனி, Accounts Executive, தேக ஆரோக்கியமுள்ள படித்த வேலை செய்யும் பெண் தேவை. போன்: 4958636, பெட்டி எண். 18859

● Madhwa, Kannada, Srivatsa, Ashwini, 165/29, Handsome, B.Sc, PGDCA, HDISM, Executive, Private Company, Delhi, 12,000/-, Own house, Parents expired, Brothers and Sisters married, seeks employed, dynamic, affectionate girl. Apply with details 18860

● Iyer, Vadama, Bharadwaja, Sathayam, 29, 25000/-, 165 cms, Marine Radio Officer, seeks suitable bride. Sub-sect no bar. Apply to Box No. 18861

● வாத்திமாள், ஹரிதம், ஆயில்யம், லக்னத்தில் ராகு, 30/5000/-, சேலம் தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை. நிறைய சொத்துள்ள ஒரே பையனுக்கு வேலைக்கு செல்லும்/செல்லாத பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. நல்ல முறையில் திருமணம் செய்து தர வேண்டும். வடமாள் சம்மதம். தொலைபேசி: 0435/423066. பெட்டி எண். 18862

● Iyer, Agasthiya, Brahacharnam, 27 (M.A), Govt employed, 6000/-, 180 cm seeks employed girl below 25 years. Correspond with horoscope to Box No. 18863

அறிவிப்பு: திருமணமலர் பகுதிக்கு வருகின்ற விளம்பரங்களில் மங்கையர் மலரின் கோட்பாடுகளுக்கு இசைவில்லாத வார்த்தைகள் இடம் பெறுமானால் அதனை மாற்றவோ நீக்கவோ, ஆசிரியருக்கு உரிமையுண்டு.

● திருநெல்வேலி, சைவப் பிள்ளை, வயது 34, பிஎஸ்ஸி, உயரம் 5 ½ , மாநிறம், புனர்பூசம், வியாபாரம், ரூ.10000/-, மணமான மாதத்திலேயே பிரிந்து சட்டப்படி விவாகரத்தானவர். சொந்தமாக கார் உண்டு. நல்ல குணமுள்ள மணமகள் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 18864

● Vadamal, Kausikam, Uthiram Second Padam, B.Sc, GNIIT, 29/5'11"/30,000 reputed IT firm Mumbai. Smart and Slim Boy seeks graduate girl employed or otherwise. Subsects acceptable. Ph: 0422-480311. E.mail:r_n_rajan@hotmail.com. Box No. 18865.

● Iyer, Vadama, Kausikam, Rohini - IIIrd Padam, 31,183, B.E, Pune based, very fair, clean habits, only son, respectable family, own flat, seeks girl from good family, graduate, tall, fair, goodlooking, below 27, employed, subsect no bar. Respond with horoscope, biodata to Box No. 18866. Ph:020- 5889225

● தெலுங்கு வெலநாடு, கௌதம கோத்ரம், மகம், + 2, 37 வயது, சொந்தத் தொழில், மாதம் ரூ.5000/-, வருமானமுள்ள பையனுக்கு இதே இனத்தைச் சார்ந்த பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 18867

● Iyer, Vadama, Madala Gothram, Kettai boy, 29 yrs, 5'7", Rs. 25000 p.m, M.Com, Own Medical Shop. Seeks fair, good looking graduate girl. Contact Ph: (04366) 541018. Box No. 18868

● ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், பூசம், வயது 32, 5'4", DCSE, Hardware Engineer, தனியார் நிறுவனம், ரூ.10,000/- சென்னையில் சொந்த வீடு, தகுந்த குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். போன்: 6505665/6501655. பெட்டி எண். 18869

● கௌசிகம், பிரஹசரணம், பூராடம், 43, எஸ்.எஸ்.எல்சி, மத்திய அரசு, 5700, சட்டப்படி விவாகரத்து பெற்றவர். குழந்தை இல்லை. தகுந்த மணமகள் தேவை, விதவை, சட்டப்படி விவாகரத்து பெற்றவரும் விரும்பப்படுகிறார்கள். உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண்: 18870

● Vadama, Athreya, Mrigaseerisham, 45 years, Bachelor, Ayurvedic Doctor, Rs.5000/- needs suitable bride 35-38 yrs. Contact with horoscope. Box No. 18871

● Tanjore, Vadama, Thiruvathirai, 40/173/B.Sc, Executive Pvt Co, Mumbai, seeks Non-Koundinya, graduate, preferably employed, good looking girl from decent family. Subsect no bar. Send horoscope family details. Box No 18872

● ஐயர், வயது 51, தாரமிழந்தவர், 2 பையன்கள் (19, 16), சொந்த வீடு, சொந்த தொழில், நல்ல வருமானம், good health with clean habits உள்ளவருக்கு 40-43 வயதுள்ள ஆரோக்யமுள்ள, அனுசரித்துப் போகக்கூடிய, clean backgroundடன் ஐயர் வகுப்பில் மணமாகாத வரன் தேவை. ஜாதகத்துடன் அணுகவும். பெட்டி எண். 18873

● Thirunelveli, Saiva Pillai boy, 6 Ft, tall, fair, and handsome, 28/B.E/Pooradam, seeks alliance, from tall educated fair, goodlooking girl from a respectable family contact with horoscope. Ph:(0462) 583745. Box No. 18874

● Tamil Iyer, Vadamal, Bharadhwajam, Pooram Star, Tirunelveli origin, December 1970, 178 cms, B.E. Computer, Project Leader, Software, MNC, Mumbai, Rs. 9 lakhs per annum (gross), fair, slim, handsome, clean habits, strong character, affectionate, jovial from educated family of respected lineage nurturing values. Girl sought preferably same sect, hailing from Tamilnadu, tall, fair, slim, distinctly good looking, traditionally brought up, caring, articulate, joyful, graduate any field, home loving, not keen on long term career, with sound family background. Mature parents, seeking genuine happiness for their daughter, please respond with horoscope and complete details to Box No. 18875. email: subramanianchandrashekar@hotmail.com

● Saivapillai, BE, 29, 168, Kettai, Database Administrator in Dubai seeks bride with BE, MCA, CA, M.Sc(Comp.Science), professionally qualified with good family background. Send horoscope, Bio-data. Box No. 18876

● Alliance invited from Non-Bharadwaja, goodlooking graduate girl from lower, middle class for Brahacharanam Iyer Boy, Pooram 35,160, 15000 MNC, Legal Divorcee by mutual consent. Girl child permanent custody with mother. Divorcee without encumberance may also respond. Reply to Box No. 18877

● Iyer, Vadamal, Bharadwajam, Makham, fair, and healthy graduate 40/180/10000 in good business seeks girl from decent family. Employment not a must. Send horoscope and biodata Box No. 18878

● Iyer, Brahacharanam, Haritha, Uttiram, 26/175, M.Tech (CS), Software Engineer, Tata Infotech, Bangalore seeks good looking BE/MCA/Professionally qualified, preferably employed Iyer girls, Age upto 24. Box No. 18879

● Marathi Raoji, Uttirattathi, 29, (M.A), Govt(s), 6000, 5.5", seeks fair girl, employed Pvt/ Govt at Chennai, around Marathi Caste, subsects no bar. Contact Box No. 18880

● தமிழ் ஐயர், ஹரிதம், புனர்பூசம், டிசம்பர் 74, 5'10", D.E.C.E, சென்னையில் பிரைவேட் லிமிடெட்டில், 7250, வேலையிலுள்ள வரனுக்கு படித்த பெண் தேவை. தொடர்புக்கு போன்: 2237505. பெட்டி எண். 18881

● Kerala Brahmin, Astasahasram, Swati, Dec: 1972, 169 cm, MBA, Doing ACS Inter, Indian Air force, Chennai seeks, good looking, Home loving graduate, preferably employed, bride. Sub-sect acceptable. Box No. 18882.

● Iyer, Vadamal, Koushikam, Poorattathi - 4, 33, 180, B.Sc, MA, (MCA), Well employed seeks, well employed/ Unemployed girl. Send Bio-data with horoscope. Contact M. Manian 044-6287345. After 8.00 p.m. Box No. 18883

● வடமாள், கௌசிகம், திருவோணம், பி.எஸ்ஸி, 10000+, 34, தனியார், சென்னை, வேலைக்குப் போகும்/

போகாத நல்ல குடும்ப பாங்கான லட்சணமான பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண். 18884

● Iyer, Vadamal, Srivatsa Ghothram, Kettai, 30 yrs, 5.9, B.E, Rs.25,000/-, Boy employed in reputed firm Chennai seeks alliance from Vadama, Graduate employed girls. Ph: 2232776. Box No. 18885

● திருநெல்வேலி சைவப்பிள்ளை, மகம், 29, 182 செ.மீ, பிஎஸ்சி, எம்பிஏ, 14000, தனியார் துறை, எக்ஸிக்யூடிவ், சொந்த வீடு, பெற்றோர் உள்ள பையனுக்கு வேலை பார்க்கும்/ பார்க்காத, குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண். 18886

● திருநெல்வேலி, சைவப்பிள்ளை, திருவாதிரை, 29, 170 செ.மீ, பத்தாம் வகுப்பு படித்த, தனியார் துறை, 5000, தந்தை இல்லை, தாய் அரசுப் பணி, ஒரே பையனுக்கு, குடும்பப்பாங்குள்ள மணமகள் தேவை. பெட்டி எண். 18887

● Advocate, Chennai, Brahacharnam, Iyer, Born on 17.6.1968, Height 165 cm, Koundinyam, Uthiratathi, invites proposal from interested brides. Box No. 18888

● Horoscopes invited for Tanjore, Iyer, Vadama, Haritha, 27, B.Com, 182, Traditional Business, fair, Poonarpoosam from parents of respectable and affluent family, home loving fair Graduate, girls. Ph: 4346964. Box No. 18889

● Nadar+Agamudayar, Handsome, Graduate, Sub-Editor, Daily Newspaper, 35/170/3000, Teetotaller seeks employed Lady below 40. Religion, Caste no bar. Widow, Divorcee without encumbrance acceptable. Box No. 18891

● Vadagalai, Shatamarshanam, Poorattadhi, Handsome, Bachelor, 1960/180/B.Sc, A.M.I.E/ CEO, Reputed Computer Company. Decent income seeks suitable bride. Box No. 18892

● Post Graduate, Army Captain, Iyer, Vadama, Kousikam, Revathi, Teetotaller, Vegetarian, 30, 186, seeks qualified girl, preferably Army Back ground. Box No. 18893

● இந்து, பூசம், 33 வயது, கணிப்பொறி பொறியாளர், Rs. 25,000/- p.m, உயர்ந்த கல்வித்தகுதி (England), மிக அழகான, நல்ல வசதி படைத்தவர். மணமகன் காலில் ஊனமுற்றவர். அதிநவீன செயற்கை கால்கள் பொறுத்தப்பட்டு முற்றிலும் சுயமாக இருப்பவர். படித்த, அழகான, பரந்த மனப்பான்மை உள்ள மணப்பெண் தேவை. எந்த ஜாதி / உட்பிரிவு, ஏழை சம்மதம். try_srinivar@yahoo.com. Box No. 18894

● Palakkad Iyer Boy, Vadama, Shadamarshnam, Hastam, Suddha Jadaham, DME/32/162Cm/ fair, Rs. 12000/-, Doing Own Business needs a Graduate, fair, good looking Girl, preferably. Computer Accounts Knowledge. Ph: 080-5455821. Box No. 18895

● Iyer, Vadama, Gauthama, Uthiram 2nd, 30, 5'9", B.Sc(M.Sc), fair. Software Programmer, MNC Chennai, Owns a house, Seeks fair good looking, Graduate girl from decent family. Ph: 4466970. Box No. 18896

● Iyer, Vadama, Athreya, Hastham, 1964/ 175/ 5000, Graduate with personality, Self employed in Business seeks good looking Girl from Respectable family. Sub-sects no bar. Reply Box No. 18897.

● தெலுங்கு தேவாங்கர், பிருகு மகரிசி கோத்திரம், உத்திராடம், வயது 29, பிஏ, உயரம் 163 செ.மீ, Air force, 8000, மாநிறம், இதே இனத்தில் பட்டதாரி, B.Ed, Comp, மணமகள் தேவை. ஜாதகம், பயோடேட்டா அனுப்பவும். போன்: 04546-24310. பெட்டி எண் 18898

● ஐயர், பிரஹசரணம், சங்க்ருதி, பரணி, 33, 158, பிஏ படித்த திருச்சியில் பேரனுடன் கூடிய சொந்த வீடுடைய நிரந்திர பணியில் (பிரைவேட் வேலை ரூ. 4000/-) உள்ள வரனுக்கு 30 வயதிற்குட்பட்ட 10, +2 படித்த குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண். 18899

● Reddiyars inviting alliance for their son 25, Wheatish, 180 cm, Barani, BE, Software TCS, preferring, Graduates, goodlooking 23 yrs & below, Ph:0462-531101. Box No. 18900

● Iyer, Vadamal, Kousikam, 1970/172/ 11000, Mirugashirisham, First Padam, B.A, P.G.Diploma in PM & IR, (B.G.L.) employed in T.V.S Group Co, Madurai seeks alliance from Vadamal, Brahacharnam, employed/unemployed prefered. Box No. 18901

● North Arcot Iyer, Vadamal, Haritha, Chithirai, 29, 5'11", M.Sc, System Analyst at Singapore. Salary 4500 Singapore Dollars. Seeks girl. Contact (044) 4742017. Preferably North Arcot. Box No. 18902

● Tamil Iyer, Brahacharnam, Bharadwajam, Krithigai 4, B.Sc, ICWA (Inter), Sep. 1968/ 183/ 14,500/ AAO, AG's Office, Chennai. Seeks Educated bride, Subsect no bar. Reply with horoscope. Details Box No. 18903.

● Iyengar, Legally Divorced. 45 yrs, B.Com, P.G.D.B.M, Business, Rs. 7000/-, Own House in Chennai seeks employed/unemployed, Educated girl, Iyer, Sub-sect no bar. Divorced/Widow/Handicapped also considered. Early simple marriage. Box No: 18904

● Vadamal, Vadoolam, Poorattathi, (Kumbam) 31, 176 cm, ICWA, ACA (Practising), Handsome, well settled boy seeks well educated beautiful girl. Box No. 18905

● Iyer, Vadamal, Haritha, Poosam, 32/166/B.S (Computer Science), DECE, Working in reputed company, Rs.10000/-, Seeks suitable girl. Reply Box No. 18906

● Tamil Iyer, Vadamal, Vishwamitra, Rohini, 28, 173, 7000/-, B.Com, Nationalised Bank Cashier. Seeks Graduate, Good looking Govt employed girl. Box No. 18907

● Iyer, Vadamal, Vathulam, Chitirai, 29/6.2", M.C.A., Well employed in Chennai, fair. Expectation any Degree, minimum 5'6", fair, homeloving and South Indian Cultured Girl, No demand, Middle class family. Box No. 18908

● பிராமின், குருக்கள், 36, கௌசிக, திருவாதிரை, பெங்களூரில் புரொடக்ஷன் என்ஜினியராக பணிபுரியும் குழந்தை இல்லாத சட்டப்படி விவாகரத்தான மணமகனுக்கு ஓரளவு படித்த பெண் தேவை. குருக்களுக்கு முன்னுரிமை. தொடர்பு கொள்க. ராஜன், போன்: 04112-240425. பெட்டி எண். 18909

● Srivatsa, Vadama, Iyer, 1969, 177 cm. Army Major, Engineers, B.Sc, BTECH, ExNDA, Legal Divorcee, seeks cultured, alliance previous marriage dissolved within days without any

திருமண மலர் - விளம்பரக் கட்டண அறிவிப்பு

திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டணம் முதல் 30 வார்த்தைகளுக்கு ரூ. 400/- அதிகப்படியான வார்த்தை ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ. 15/-

இந்த இதழில் பிரசுரமாகும் பெட்டி எண் விளம்பரதாரருக்கு பதில்கள் அனுப்ப கடைசி தேதி 10/10/2002. பதில்கள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி: பெட்டி எண்: .... C/o. மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 097.

encumberances, mutual incompatibility. Boy religious and Home loving. Box No. 18910

● Brahacharanam, Thiruvadirai, Gargi, CA, Working in MN Bank, Chennai, 7-75, 170, well built, clean habits, God fearing interested in setting up practice. (079-7505595). Box No. 18911

● Vadamal, Baradhwajam, Uthiradam (4th Padham), 165 cms, 32, ICWAI, Employed at Madurai (likely to be transferred to Chennai), Rs. 10000/-pm, needs employed girl (transferable) with good looking and adjustable type, good family, background. Contact: (Chennai) 4867302. Box No. 18912

● தனியார் நிறுவனத்தில் மாதம் ரூ.10000/- ஊதியம் பெறும் வண்ணிய குல சத்திரியர் வகுப்பைச் சேர்ந்த 33 வயது பூச நட்சத்திர மணமகனுக்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த பெண் தேவை. போன்: 044-6374406. பெட்டி எண். 18913

● Tamil, Vadamal, Iyer, Athreya, B.Com, MBA, Moolam-4, 5'5", 14500, Bharat Petroleum, Kidney donor to father. Subsect acceptable. Contact S. Jagannathan, Plot - 18/207, Badam Enclave Huda Complex, Hyderabad-500035. Ph: 040-4052084. Box No. 18914

● Iyer, Brahacharanam, Koundinya, Uthiraadam, 29, 5.9, M.Com, employed reputed Weekly Magazine, Rs.8000/-, seeks suitable Graduate girl preferably employed. Box No. 18915

● Parents of North Arcot Vadama invite suitable bride alliance from same sect/Kerala Iyer with good family values, for Aug '73/183 cms. Sankrithi Gothram, Kettai Star, fair, smart, Merchant Navy Officer in Foreign Going Ship, Doctor/Professionals preferred. Reply with horoscope, bio-data to Box No: 18916. e-mail: msramamurthy@yahoo.com, Tel: 080-3462777

● இந்து, ஆர்ய வைஸ்யா, 47, 5'3", B.Com, 10000, பார்ப்பதற்கு இளமையான, தேசிய மயமாக்கப்பட்ட வங்கி ஊழியர், மனைவியை இழந்தவர், 13 வயது பெண் குழந்தை உண்டு. இதே இனத்தில் இருந்து படித்த பெண் தேவை. பெட்டி எண். 18917 போன்: 0427-333050 (after 9 pm)

● Vadakalai, Uthiram, Kousiga Gothiram, age 35, 5.8, P.G, Self employed, 15000/-p.m. Needs Iyengar (Subsect no bar), graduate girl. Simple marriage. Box No. 18918

● ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், கார்த்திகை, 27.12.63, BA, அரசுப் பணி, P.W.D, ரூ. 5000/- தகுந்த மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். போன்: 248491. N. சரஸ்வதி, 54, II Cross, ஆனந்த ரங்கப் பிள்ளை நகர், பாண்டிச்சேரி 605008.

● Thanjavur, Vadama, Athreya, Chithrai, 30, 5'9", B.Sc, Rs 2 lakhs per year, self employed, Builder, Civil Contractor, Promoter, seeks suitable bride preferably employed. Carnatic music loving. R. Balakrishnan, 9/84C, Venkatesa Nagar II Street, Virugambakkam, Chennai 600092. Ph: 3766733.

● வாத்திமா, பாரத்துவாஜம், சதயம், + 2, 37, ரூ. 4000/-, மணமாகாத பையனுக்கு தகுந்த வேலைக்கு செல்லும் பெண் தேவை. குழந்தை இல்லாத விதவைகள் / சட்டப்படி விவாகரத்தானவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். வசந்தி நடராஜன், 14/C, கிருஷ்ணாபுரம் தெரு, சூளைமேடு, சென்னை - 94. போன். 3726078

● ஐயர், வடமாள் ஆத்ரேய கோத்ரம், அவிட்டம், 30 வயது, +2, 5.5", ரூ.12000/- pm, வெளி நாட்டில் வேலை பார்க்கும் 7ல் செவ்வாய் தோஷமுள்ள மணமகனுக்கு +2 வரை படித்த நல்ல நிறமுள்ள மணமகள் தேவை. M. Ravi, 26, Maruthakavalli St, Muthupet 614704, Tiruvarur Dist, Ph: 04369-261300/ Chennai : 4891465.

● Iyer, Vadamal, Koundinya, Mrigaseerisham, 27, 185, Wheatish Complexion, B.E (Hons), Pilani Project Manager Infosys Now placed in U.S.A, visiting India shortly seeks fair, tall (165 and above), professionally qualified (B.E, M.B.A), Vadama Bride 24 and below. Send horoscope, Biodata, Photo returnable to Prof. S. Ramachandran, Prithvi Emerald, H.No. 1-1-520/538, New Bakaran, Gandhi Nagar, Hyderabad, 500080. Ph: 040-7654905, 7663334.

● ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், ஆயில்யம், 32/6.1", I.T.I, (M.Com)/4000, Thomson Press (Publisher's of India Today) வரனுக்கு வேலையில் உள்ள/இல்லாத குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. N. மணி, 8A. சீனிவாசா தெரு, போஸ்டல் நகர், குரோம்பேட்டை, சென்னை - 44, போன்: 2413818

● Iyer, Brahacharanam, Kausigam, Pooradam, B.Com, 37, 165, 5000, Manager, clearing and Forwarding Agency, seeks Graduate Girl. Subsect acceptable. G.S. Balakrishnan, Flat-1, 19, Third Main Road, Nanganallur, Chennai 600061.

● Vathima, Koundinyam, Poorattadhi boy, 31/167, B.Sc, P.G.D.B.A, P.G.D.C.A, Own business, clean habits, subsect acceptable. Seeks qualified domestically trained girl. R. Ramadass, No.3, 2nd Cross, Rainbow Nagar, Pondicherry - 11. Ph: 214163/214739.

● Tamil Iyer, Vadama, Atthreya, Poosam, S.S.L.C, Own House, 40, working News Paper, Salem, 3500, seeks girl from poor family, minimum qualification. Subsect no bar. No demand, simple marriage. Contact: K. Raman, 6 High Court Housing Society, Kotawal Nagar, Pratap Nagar P.O. Nagpur-22, Ph: 233769

● Wanted Bride, Tamilian, home-loving, well qualified for groom, Iyer, Lohitham Gothram, Utthiram (Kanya-Rasi), 27 years, 6'2", Post Graduate in Computer Science (five years study after 12 th) employed MNC Pune with decent salary. Write with horoscope, family details, Phone No. to Venkataraman, No.10, Ajinkya Hsg. Society, Near Khadki Railway Station, Khadki, Pune 411020, Ph: (020) 5813750

● Alliance invited from well educated, employed, family loving girl from respectable family for Brahacharanam, Athreya, Aswini-2, 22.10.1972, 165, 6400, employed in Chennai, P.F. Office. Reply: G.V. Raman, B-4, Anands Square, 36, Govindan Road, West Mambalam, Chennai 600033.

● வடமாள், ஆத்ரேயம், உத்திரம், 7 ஆம் இடத்தில் செவ்வாய், 36/5'6", பி.எஸ்ஸி, மெடிகல் ரெப், 15,000/- வரனுக்கு பெண் தேவை. முகவரி: வீ.ரவிச்சந்திரன், 34/டி/25, மெஜஸ்டிக் அபார்ட்மென்ட்ஸ், கன்டோன்மென்ட் பாரத் ஓவர்ஸீஸ் பேங்க் பின்புறம், திருச்சி-1, போன்: 410647

● Iyer, Vadamal, Srivatsa, Moolam, 36, DEE, 5'7", Computer Engineer, MECH Systems, Income Over One Lac Yearly, seeks girl, any sub-sect. Details to Ranganathan, 29, Sathyanand Vihar, Jabalpur 482008. Ph: 0761-663071.

● Iyer, Ashtasahasram, Bharathwajam, Mirugashrisam, M.Com, C.A.I.I.B, 33/168/18000/-, Smart Tee-to-taller, Assistant Manager, Quassi Government, seeks suitable bride. P. Ramasubramanian, RRD30, Gandhiji 5th Cross St, Thiru Nagar, Madurai 625006. Ph:0452-483075.

● ப்ரஹசரணம், பாரத்வாஜ கோத்ரம், பரணி, வயது 28, பட்டதாரி, தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை, ரூ.7000/-, சம்பளம் உள்ள பையனுக்கு படித்த பெண் தேவை (ப்ரஹசரணம்), முகவரி: R.சுப்ரமணியன், 12, 8th Street, Ram Nagar, Nanganallur, Chennai 600061. Ph:2342359

● Vadamal, Bharadwajam, Moolam-3, B.Sc, M.C.A, 28/180, Senior Software Engineer, Reputed Company, Chennai, Rs. 25000/-p.m, seeks alliance Graduate, Post graduate employed girl at Chennai upto 25. Subsects acceptable. Send horoscope details S. Krishnamurthy, 21/46, Town Station Road, Mayiladuthurai, P.C 609001.

● Thenkalai, Iyengar, Bhargava, Moolam 2nd Padam, 32 yrs, 186, Sr. Manager Sales Chennai, Public Ltd Co, 4.50 lacs p.a, seeks Graduate girl. Subsect no bar. R. Krishnamachari, 4/23, Sadullah Street, T.Nagar, Chennai-17, Ph: 4314940.

● வடகலை ஐயங்கார், வாதூலம், மகம், சிம்மம், 34/167 cms, மத்திய அரசு பணி, பியூன், 5500/-, S.S.L.C. தகுந்த படித்த மணமகள் தேவை. தென்கலை/ஐயர் சம்மதம். வரதட்சிணை தேவையில்லை. நாராயணன், பிளாக் எண் 59/2, C.P.W.D. குவார்ட்டர்ஸ், கே.கே. நகர், சென்னை 600078. போன்: 4715175.

● ஐயர், வடமாள், காஸ்யபம், சதயம், 32, 158, பி.இ, சிவில் இஞ்ஜினியர், 10,000/-, வரனுக்கு நல்ல குடும்ப பெண் தேவை. பொருந்தும் நட்சத்திரம், கார்த்திகை, உத்திரம் - 1, உத்திராடம், பூசம், உத்திரட்டாதி, அனுஷம், அஸ்வினி, மகம், மூலம், மிருகசீரிஷம். R. தில்லை அம்மாள், 7A/20B, ஸ்ரீ ரெங்கநாதன் இல்லம், திருமதன கோபாலபுரம், பெரம்பலூர் 621212. போன்: 04328-375079

● Iyer, Brahacharanam, Srivatsam, Bharani, 28/175 cm/B.E, (MBA)/13,500, Senior Engineer - TVS Group seeks tall, fair, slim, employed Graduate girl with traditional Values from respected family. Contact D. Viswanathan, 41, Balaji Nagar 3rd Cross Street, Kolathur, Chennai 600099. Ph: (044) 5562980

● தென்கலை, பாரத்வாஜ விசாகம் (1), 29, 5'9", மாநிறம், பி.எஸ்சி, தனியார் நிறுவனத்தில் பணி புரியும் மணமகனுக்கு ஐயங்கார் வகுப்பில் இருந்து நல்ல பணியில் உள்ள பட்டதாரி மணமகள் தேவை. N. Parthasarathy, New No. 5, North Avenue, Korattur, Chennai 600080. Ph: 044-6244070, 6242920.

● 1) Tamil Iyer, Vadamal, Kowsika, Poorattadhi, 47, S.S.L.C, 5'3", Business, 6000/-, legal Divorcee, 2) Brother Uthhirattadhi, 40, S.S.L.C, 5'7", Business, 6000/-. K.R. Bhagya Lakshmi, 235, 8th Main, Byrasandra, Jayanagar, Bangalore - 11.

● Vadama, Vathoola, 31, Pooratathee, B.Sc, Diploma (Multimedia), Programmer, Software Company, Chennai, Own House, seeks, Graduate Employed/Unemployed girl. Subsect no bar. 6183431-044. S. Sankarlingam, 15/33, Thiru Nagar, Villivakkam, Chennai - 49.

● ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், திருவோணம், 29/5'6", பி.எஸ்ஸி, ஏரியா மானேஜர், பிரபல பார்மசூடிகல் கம்பெனி, 10000 p.m, மணமகனுக்கு தகுந்த மணமகள் தேவை. டாக்டர். என். சங்கரசுப்ரமணியன், குறிஞ்சி நகர், எண். 6, இரண்டாவது தெரு, தாம்பரம் மேற்கு, சென்னை - 45, போன்: 044-2260027

● Thengalai, Iyengar, Athreyam, Avittam (3), 40, 165, M.Sc, MEd, 12000, Post Graduate Assistant Govt Aided, Higher Secondary School seeks. Graduate/Post Graduate employed. Good looking Girl # R. Venkataraman, 85, Radha Nagar Main Road, Ayodhya Apartments IC, First Floor, Chromepet, Chennai 600044

● Wanted Non-Athreya, Vadama, Graduate, good-looking, employed/unemployed, girls from well to do family for boy 27, M.Com, HDSE, V.fair, 15000/p.m. Chithirai 2, subsects acceptable. Apply with Birth place, Horoscope - S. Narayanaswami, 53, Bhimasena Garden Road, Mylapore, Chennai - 600004. Ph: 4991068.

● Bride for Iyer, Brahacharanam, Gautama, Bharani (4), B.Com, ICWAI (Inter), 1965, 165 cm, employed Delhi, subsects Smarta acceptable. Send full particulars, 27A, Pocket 3, DDA MIG Flats, New Kondli, Mayur Vihar - III, Delhi - 110096. Ph: 2611091

● ஐயர், பிரஹசரணம் சங்கிருதி, சதயம் 33/180, MBA UNO ஆஸ்திரேலியா சிவப்பான வரனுக்கு நல்ல குடும்பத்து அழகான வேலைக்குச் செல்லாத குடும்பப்பாங்கான பட்டதாரி பெண் தேவை. உட்பிரிவு

திருமண மலர் பகுதியில் இடம் பெறும் விளம்பரங்கள் அனைத்தும் விளம்பரம் செய்பவர்களின் கையொப்பத்துடன் ஏற்றுக் கொள்ளப் படுகின்றன. மணமகள் அல்லது மணமகன் பற்றிய விவரங்கள் விளம்பரதாரர் தரும் குறிப்புகளின் அடிப்படையில் பிரசுரிக்கப்படுகின்றன. இந்த விவரங்களைக் கொண்டு தொடர்பு கொள்ளும் பெற்றோர்கள் அவை சரியான விவரங்களா என்று தனிப்பட்ட முறையில் விசாரித்து உறுதி செய்து கொள்வது நல்லது.

- பதிப்பாளர், மங்கையர்மலர், சென்னை 600 097

சம்மதம். ஜாதகம் அனுப்ப. எஸ். மீனாட்சி சுந்தரம், 31, ஸ்ரீராம்நகர், திருவான்மியூர், சென்னை 600041. போன். 044-4917416

● Iyer Boy, Asthra Sasthram, Thiruvathirai, Athiraya, 5'6", 26 yrs, Rs.15000/p.m, Business, Only son, Own house, No bar, Ph: 8534458. T.S. Radhakrishnan. New No: 115 Swami Naicken St, Chintadripet, Chennai -2.

● Iyer, Vadama, Athreya, Anusham, 37, 5'4", Rs.6000, B.Com, Partner. Flat promotion firm, Own house, slightly handicapped in Left hand and leg requires suitable bride. No dowry. Subsect no bar. Contact: V.A. Viswanathan, 24, Tirupanar Street, East Tambaram, Chennai 600059. Ph: 2396268.

● ஐயர், பிரஹசரணம், ஹரிதகோத்ரம், பரணி, 2.7.67, 175, B.A., P.G Dip in Tourism, Delhi Govt, Rs. 8000/-, மனைவியை சாலை விபத்தில் இழந்த கணவருக்கு இரு பெண் குழந்தைகள் (2 & 4 வயது). சொந்தமான வீடு டில்லியில் உள்ளது. பெற்றோர்கள் உடன் இருக்கின்றனர். தந்தை ரிடையர்ட் இன்ஜினியர்/ பென்ஷனர். மணமகள் தேவை. குழந்தை பெற முடியாத காரணங்களினால் கல்யாணமாகாதோர் (அ) சட்டப்படி விவாகரத்து ஆனவர்கள், குழந்தை இல்லாத விதவைகள் மற்றும் விருப்பம் உள்ளவர்கள் தொடர்பு கொள்ளவும். Mr. V. Ramasubramanyan, 70, Venus Apartments, Inderenclave Near Peeragarhi, New Delhi 110041. Ph: 011-5260819.

● Kerala Iyer, Vadamal, Koundinya, Punarvasu 4th, Suddha Jathakam, 28/172, slim and fair, B.Tech, working in marketing wing of a MNC, Chennai, seeks bride suitably qualified, employed in/or transferable to Chennai and from decent family of Kerala/Tamil Iyer. Contact with horoscope and family details: Dr. A. Ramakrishnan, Santhinagar, Mannuthy, Trichur 680651.

● Wanted graduate, good-looking girl for Bharadwajam, Brahacharnam, Moolam 1st, 30/160, BE(C), MCM Planning Engineer. Sub-sect no bar. Contact G. Rajkumar, C/4. Windsor Estate, Kolar Road, Bhopal 462016. Ph:0755-461500

● Tamil Brahmin, Brahacharnam, Koundinyam, Thiruvonam, Thulalagnam, Saturn in 7th Place, 32, 168 cm, M.V.Sc (M.B.A), Executive Gr. II, Rs. 16,000 seeks well educated girl. Send horoscope K. Bhavani, D5, Housing Complex I.I.L, Gachi Bowli, Hydrabad - 19.

● Vadama, Koundinyam, Kettai, Boy, 29, Diploma Civil Engineering, Manager, Projects Spencer Company, Drawing 14,000/- seeks fair, domestically trained, Chennai based girl upto 25. Contact Balasubramaniam, 17-10th Street, Nanganallur, Chennai - 61. Ph: 2325844

● Thengalai, Iyengar, Srivastham, 5'2", 35 years, B.Com, employed in T.V.S, salary 6000/-, Own house & lands. Seeks employed/unemployed graduate girl. Kalai No bar. Send horoscope. R.T. Sampath Narayanan, 12/21, South Narasimhapuram, Karur 639001. Ph:263055

● Vadakalai, Kousikam, Poosam, 28/170/10000/-, State Govt, running T/W Institute, Wanted Graduate girl. Contact with Photo - Horoscope. S. Mallika, Ashwini Apartment-2, Bandhaghat Road, Nanded 431601. Ph:02462-30005/044-2320530

● Iyer, Vadama, Kasyaba, Visakam 2nd Padam, (Khuja in 8th), 31/174 cm, fair, DEE, 10000/-p.m, employed in Kavithalaya Group (K. Balachandar) Production Executive seeks Iyer girl. Subsect no bar. Send horoscope to S.V. Ramanan, 'Sree Koushik' 2, Sasi Nagar, Velachery, Chennai - 42. Ph: 2442038

● Non-Garga Tamil girls for boys Tiruvadarai and Hastam, 42 years, graduates and well employed. Contact: Rajgopal, C/G. Plot No. 20, Tank Road, Uliyan, Kadma, Jamshedpur 831005. Tel No. 0657-301984

● Iyer, Vadamal, Bharadwajam, Poorathadhi, 18.9.67, MNC, 25000, Bangalore Boy, seeks, Home loving girl. S. Naganathan, C/o. Union Switch & Signals Pvt Ltd, SLV Complex, AVS Compound, No. 35, 80 ft Road, IV Block, Koramangala, Bangalore 560034

● Thanjore Vadamal, Iyer, Koundinya, Hastham, B.Sc, fair, 30/167/7000, State Govt Employee, seeking preferably employed girl. Ph: 4854103, S. Meenakshi, 27/38, 47th Street, 9th Avenue, Ashok Nagar, Chennai - 83.

● இந்து சைவ பிள்ளை, அனுஷம் 36/172/3000, எஸ்.எஸ்.எல்.சி, தனியார் துறையில் பணி புரியும் வரனுக்கு குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. T.M. பாலசுப்பிரமணியன், மேனேஜர், ஏ.எம்.5, 12வது பிரதான சாலை, அண்ணாநகர், சென்னை - 40. போன்: 6212740.

● Iyer, Vathima, Kasyabam, Visakam-2, 31, 5'7", 10,000, B.E, Private Company, Bangalore seeks alliance from well placed professional Graduates, Govt/Private employed girls, K.R. Subramaniam, Executive Engineer, TTD's 7/37, Vasavi Nagar, S.V. University Post, Tirupathi 517502. Ph: 08574-42193.

● ஐயர். வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், பூராடம், 31, 5'3", பி.எஸ்ஸி, ரூ. 6000/-, தனியார் நிறுவனம், வரனுக்கு குடும்பப் பாங்கான வேலையிலுள்ள/ வேலைக்கு தகுதியுள்ள மணமகள் தேவை. C/o.V.ராமச்சந்திரன், பஞ்சவடி எண். 30, ஆனி தெரு, சின்மயாநகர், சென்னை - 92. போன்: 4792183

● வடமாள், கௌசிகம், உத்திரட்டாதி, 32/169 செ.மீ, மும்பையில் பணிபுரியும் நல்ல வருமானமுள்ள, சொந்த

flat உள்ள வாறுக்கு குடும்பப்பாங்கான, நல்ல அழகான பட்டதாரி பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்க வேண்டிய முகவரி. R. Lakshman, 401, 9th 'C' Main HRBR Layout, Ist Block, Kalyan Nagar, Bangalore 560043. Ph: 080-5456716

● வடமாள், கௌசிகம், உத்திரட்டாதி, 36, பெங்களூரில் பணிபுரியும் வாறுக்கு குடும்பப்பாங்கான பத்தாவது/+2 படித்த பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்க வேண்டிய முகவரி. K.V. Subramaniam, 15, Krishnappa Layout, Opp: Banaswadi Rly Station, Bangalore 560084. Ph: 080-5464448

● Iyer, Bharadwajam, Vadama, Pooram, 33/172/8000, Air Force, Gujarat seeks educated fair employed/unemployed bride reply. R.V. Swamy, Bldg-No 2. Suraksha, Flat No. 13, Indrayani Nagar, Bhosari, Pune 411026.

● ஐயர், வடமாள், வாதூலம், பூராடம், 36, I.T.I, 5.6' தனியார், ரூ. 7000 P.M, உட்பிரிவு சம்மதம். குடும்பப் பாங்கான மணமகள் தேவை. E. Balasubramaniam, 43, Nehru Street, Madippakkam, Chennai - 91. Ph: 2473258

● Suitable graduate employed/Unemployed bride for Iyer, Vadamal, Kausika, Anusham I, B.Sc, 28, 180 cm. Executive in a Private Ltd Concern in Chennai. Rs.7000/-p.m, Own house, Contact C.S. Kothanda Raman, 57, Bharati Street, Kamaraja Nagar, Avadi. Chennai - 71.

● Vadamal Iyer, Kasyapam, Hastham, 31,165, 5000 p.m, B.Com, MIRPMDCA employed. Nagpur owns flat, Besant Nagar, Chennai. seeks good looking, homely graduate/+2 girl. Subsects no bar. Contact Ph:044-4751740/0712-553726. S. Krishnamurthy, 193, Gokulpeth Layout Extn, Nagpur 440010

மணமகன் தேவை

● Telegu Brahmin Girl, PG/32/157/7000, Kasyapa, fair, beautiful, Chennai based, Central employee, innocent, legal divorcee, brief marriage, no issue seeks Brahmin Groom any sect/sub sect, age 35-40, Graduate employed, Widower/Divorcee without encumbarance also considered. Box No. 27545

● வள்ளலார் கொள்கையை பின்பற்றும் இந்து பிள்ளை. மணமகள், வயது 31, மாநிறம், உயரம் 5'4", தனியார் பள்ளியில் உபாத்தியாயினி, M.A.BEd, வருமானம், ரூ. 4000/-, நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த நல்லொழுக்கமுள்ள, தகுந்த படிப்புள்ள 35 வயது வரன் தேவை. ஜாதி பேதமில்லை, சைவம். பெட்டி எண்: 27546

● Brought up from infancy by Trichur Iyer, No Horoscope, Avittam, Final Year BA, Hindi Kovid, NIIT, 5'3", slim, pious, Born Sep 66 in Nair family, Seeking qualified settled groom. Email:rams420@hotmail.Com. Box No. 27547

● Iyer, Brahacharanam, Sankrithi, Punarpoosam, 25, 152 cm, MCA, Software Engineer, musically talented girl seeks professionally qualified. Contact: 044-4717026 or 04142 - 356849. Email: rajamani_mar@yahoo.com. Box No. 27548

● சைவ செட்டியார், 29, M.Sc, MEd, SLET Pass, தற்காலிக கல்லூரிப் பணி, உத்திரட்டாதி, மீனம் பெண்ணிற்கு உயர் படிப்பு படித்து பணியில் உள்ள சைவ இனத்தைச் சார்ந்த நல்ல குடும்ப மணமகன் தேவை. ஜாதக குறிப்பு விவரத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண். 27549

● இந்து நாடார், பூர்வீகம் விருதுநகர் இருப்பிடம் திருச்சி உத்திரட்டாதி, 24/168. B.Pharm படித்த பெண்ணிற்கு professional படிப்பு மற்றும் இணையாக டிகிரி படித்த மணமகன் தேவை. ஜாதக விபரத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண். 27550

● Seeks suitable alliance for a Widow without issue, 37/165/B.A, Naidu, employed in Railways from Widower/Divorcee, with/ without issue caste no bar. Contact Box No. 27551

● Nellai Saiva Pillai, Vegeterian, 25,152cm, Mrigaseersham, B.E, BITS Software Engineer, Chennai, seeks groom same caste. B.E/M.S/M.B.A well employed, clean habits, India/abroad send horoscope & Bio-data. e.mail: Kanagasm@hotmail.com. Box No. 27552.

● Wanted, Qualified, Decently employed, Brahmin, Vadama Iyer, Non Bharadwaja, Bridegroom for very fair young Brahmin, spinster, 29/160/B.Sc B.Ed/Computer DAST, Teacher, Tiruvonam. Divorcees, Widowers, Inter Caste execuse. Box No. 27553

● Iyer, Vadama, Mrigashirisham, Srivatsa, 12/76 Born, 5'3", B.Sc.M.C.M, employed as consultant, Oracle, Bangalore, 3.30 pa, girl seek groom, preferably working at Bangalore or abroad. Contact 020-7422653. Box No. 27554

● Iyer, Vadamal, Pooradam 4th Padam, 1968 born, B.Sc., Graduate, working in Travel Agency. 5'2", fair looking medium build, seeks boy not above 38, qualified employed with decent job. Box No 27555

● ஐயர், வாத்திமாள், உத்திராடம், கௌதமம், 26.8.1977, (பி.ஏ), படித்த பெண்ணிற்கு, நிரந்தர பணியிலுள்ள 33 வயதிற்குள் உள்ள பட்டதாரி மணமகன் தேவை. பெட்டி எண். 27556

● Brahmin, Bharadwajam, Bharani, 45, D.C.E, Unmarried, propertied, seeks well settled groom from any Brahmin sect only. Widower with or without encumberance also welcome. Ph: 044 - 6150322. Box No. 27557

● Karkathar, 1966, Bharani, 5'4", fair, beautiful, M.A, M.Phil, Computer Knowledge, Domestically well trained bride seeks suitable alliance from professionally qualified, Decently employed in India/abroad with clean habits with horoscope, Thirunelveli/Karkathar Pillai acceptable. Box No. 27558

● சைவப் பிள்ளை, 37, பூரட்டாதி, எம்.எஸ்சி, பிஎட், ஆசிரியராக பணிபுரியும் பெண்ணிற்கு பட்டதாரியும், நல்ல பழக்கமுள்ள சைவம், நிரந்தர/சொந்த பணியிலிருக்கும் மணமகன் தேவை. (விருப்பமுள்ள பிராமணர்கள் ஐயர்/ஐயங்கார், சைவம் விண்ணப்பிக்கலாம்.) பெட்டி எண். 27559

● Koundinyam, Krithigai 3rd Padham, 24 yrs, Ashtasahasram, B.Sc, PGDIP (N&D) PGDCA, Only daughter of Central Govt Class I Officer, owning property in Madras city. Parents of only well qualified

and decently placed grooms. Contact 044-4894848. Box No. 27560

● Iyer, Vadamal, Baradwaj, Tiruvonam, 24/153 cm, fair, good looking, BSc (Comp Sci), MCA, girl, employed, MNC, Chennai seeks highly qualified (MS, MBA, P.Hd,), well employed, Vadamal groom below 30 from decent family. Send Biodata horoscope to Box No. 27561. Ph: 04565-425381

● Thirunelveli Saivapillai, Pooram, 32/8000, State Govt, employed seeks Chennai, based groom from same caste. Decent marriage Box No. 27562

● Iyer, Vadamal, Bharatwajam, Visakam - 3, fair, Medium built, 24/160/B.Sc, HDSE (MCA), seeks qualified well employed groom, below 30 years with clean habits. M. Manian, 044-6287845 after 8.00 pm, Chennai. Box No. 27563

● Iyer,Vadama,Athreya, Chithirai,Thulam, 1972, 158, Good looking, M.A, with Software Certificates, Chennai, employed girl seeks Chennai based professionally qualified/ Well settled boy. Reply Box No. 27565

● Tamil Yadava, Girl, 25 years, M.Sc (M.Phil), Legal Divorcee, without encumbrances, seeks suitable boy from same caste. Box No. 27566

● ஐயர், அஷ்டசகஸ்ரம்,கேட்டை, 1 பாதம், 1975 Sept, 5.5, M.Com, D.C.A, சென்னையில் உள்ள தனியார் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் பெண்ணிற்கு பட்டதாரியும், நல்ல பழக்கமும், அரசு/தனியார் நிறுவனத்தில் நிரந்தரப் பணி புரியும் மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். மொபைல் போன்: 98840 98129. பெட்டி எண். 27567

● Iyer,Vadama, Naithrubakasyaba, Krithigai, B.Com, AICWA, ACS May 1975/160/20,000/- Medium Complexion, seeks only professionally qualified Groom. Born in/ After 1970, Age upto 32. Subsects acceptable. Box No. 27568

● Iyer, Brahacharnam, Sankrithi, Punarpoosam, Wheatish, 26, 165 cm, M.Com, College Lecturer, Dombivli, seeks well educated professionally, qualified boys in and around Bombay. Contact Tel No: 0251- 499949. Box No. 27569

● Telugu, Brahmin, 31/160/Bank employee, Chennai, lost husband 1998 has four year old daughter. Domestically trained. Tamil/Telugu Brahmins including Divorcees/ Widowers. Apply Bio-data Horoscope. Box No. 27570

● Sozhia vellalar, veg 23, 164, BE, Software Engineer Tatas Bangalore seeks well employed engineer, Vegetarian from decent family. Contact with horoscope. Biodata email: try_krish@sancharnet.in Box No. 27571

● Haritha, Vadamal, Punarvasu 4th, 38 years, fair, good looking, Slightly Plumpy Graduate girl, good computer knowledge, Innocent Legal Divorcee without encumbrance seeks suitable alliance. Widower/ Divorcee without encumberance may also apply. Height preferred 5'8/5'10". Box No. 27572

● Iyer, Brahacharanam, Bharathwajam, Uthradam, Makaram, B.Sc, Slim, fair, 15.12.1966, 165 cm, Upper Middle Class, Domestically well trained, seeks well qualified, well employed boy with good family back ground, below 40 yrs. Box No. 27573.

● Iyer, Tamil Bride, Slim, Fair, 23-5'3", Ashtasahasram, Sub-sect no bar, Vadhoolam, Avittam -2, 8th Chevvai, Horoscope optional. B.Com, DNIIT, employed, Chennai seeks suitable groom below 27-5'9", Good family, employed well, Chennai. Contact 044-8444876. Box No. 27574

● ஐயர், வடமாள், நைத்ருபகாசியபம், சித்திரை-4, 22, 165, B.Com, M.F.M படித்த நல்ல சிவப்பு நிறமுள்ள வேலைக்கு செல்லாத பெண்ணுக்கு படித்த நல்ல வேலையில் உள்ள 28 வயதிற்குட்பட்ட நல்ல மணமகன் தேவை. போன்: 4897889, 3712035. பெட்டி எண்: 27575

● Tamil Iyer, Vadamal, Koundinyam, Avittam, 23/163, B.Com, M.C.A, Girl seeks professionally qualified well employed groom. Subsect, Vadamal/Brahacharanam acceptable. Contact with details. Box No. 27576

● Iyer, Brahacharanam, Gargam, Kettai, 25/153 cm, Graduate, MDSE, seeks Grooms upto 31 yrs, well qualified, well employed, clean habits. Send detailed horoscope: Venkittaraman, 24, Yamuna, Goodwill Apartments, 3rd Main, Chandra Layout, Bangalore - 40, Tel: 3393189

● குருக்கள் (சிவாச்சாரியார்) காசியபம், அவிட்டம் - 3, 23, 5'4", M.Sc கணிதம் படித்த பெண்ணிற்கு, நற்பண்புள்ள நிரந்தரப் பணியில் உள்ள மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். M. நாகராஜ குருக்கள், 38/27, ராஜாஜி தெரு, வெட்டுவாணம் & அஞ்சல், (வழி) பள்ளிகொண்டா-635809, வேலூர் மாவட்டம்.

● தென்கலை, (வடகலை சம்மதம்), கௌசிகம், அனுஷம், 26.1.1976, பி.காம், கம்ப்யூட்டர் படித்த, வேலையில் உள்ள பெண்ணுக்கு, பட்டதாரி, தனியார், அரசாங்க வேலையில் உள்ள ரூ.7000 முதல் 10000/- சம்பளம் உள்ள பையன் தேவை. ஜி. பார்த்தசாரதி, 3/4. பள்ளிச் செல்வம் லேன், விஜயலட்சுமிபுரம், அம்பத்தூர், சென்னை - 53. போன்: 6570957.

● Iyer, Vadama, Sreevatsam, Aug 80/160/B.Com, DNIIT, seeks professionally qualified groom, age 25-29. Subsect no bar. Contact: Sundaresan@telco.co.in. Sundaresan, N-141/8, Telco, Jamshedpur - 831004. Ph: (0657)-280790

● சைவ பிள்ளை, பூரம், 26, 5'3", பி.எ.பி.எல், பெண்ணுக்கு சொந்தத் தொழில் அல்லது நிரந்தர பணியிலுள்ள 27-31 வயதிற்குட்பட்ட அதிகம் எதிர்ப்பார்ப்பில்லாத பட்டதாரி மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். எஸ். சுப்பையா பிள்ளை, முன்னாள் ராணுவம், 7வது புதுமேட்டுத் தெரு, பைக்காரா, மதுரை - 4.

● Tamil Iyer, Vathima, Haritha Pooram, 22/158, Inter, Slim, Fair, Unemployed, Hyderabad, bride seeks suitable bridegroom, Ph:040-7646015, G. Raman, 104 Star homes, Srinivasa Nagar, Mohammadguda, Secunderabad. 500061.

● வடமாள் (சக்கையஜுஷி) மௌத்கல்ய கோத்ரம் விசாகம், 4ம் பாதம், (8ல் செவ்வாய்), B.A, D.C.A படித்த குடும்ப பாங்கான 26 வயது பெண்ணுக்கு பட்டதாரி, அரசு

அல்லது தனியார் நிறுவனத்தில் (தமிழ்நாட்டில்) பணிபுரியும் மணமகன் தேவை. Contact: N. Sundaram, 60, O.V.M. Street, Chepauk, Chennai - 5. Ph: 8512038

● Iyer, Vathima, Atreya Tiruvonam (2-ம் பாதம்), 27, 5'2", B.A. Sociology. Fair, girl, Partially handicapped in the right hand. But can manage all the works on her own. Required decent Family Graduate well employed, North based (preferably Mumbai) Boy upto 33 yrs. Contact. K. Venkataraman, A/202, Deepal Apts, Jaihind Colony, G.G. Road, Dombivli (W) Ph: 0251481385

● ஐயர், வடமாள், நைத்ருபகாசியப பரணி, 30, 5.2", படிக்காத பெண்ணிற்கு 40 வயதிற்குள் நிரந்தர வேலையுள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் அணுகுக. R. Ramamoorthy, 8, Razack Garden Road, S.B.I. Officer's Colony, N.S.K. Nagar, Arumbakkam, Chennai 600106

● Iyer groom, decently employed For Vathima Girl (Graduate, 24 yrs/163 cm), Bharadwaja, Avittam, Contact: S. Kuppuswamy, South street, Thandanthottam (Post), Kumbakonam (taluk), Pin 612202, Ph: 0435-38050.

● Iyer, Brahacharnam, Haritha, Revathi, 26,5.5", B.B.A, Medical Transcriptionist, Rs.6000/-p.m, Kalathra Dosham, looks for groom permanantly employed. Simple marriage. Apply with horoscope to V. Gowri Shankar, No. 16/2, New No.30, Tiruvalluvar Street, Valasaravakkam, Chennai - 87.

● Tamil Iyer, Vadamal, Koundinyam, Moolam - 4th, 25/168/ B.E, CSC Lecturer. Seeks qualified well employed Iyer boy. Reply with horoscope: S. Ganesan, 24, North Silambani St, Devakottai - 630302. Ph: 372776

● Marathi Brahmin Girl, Smartha, Deshastha, Bharadwaj/Moolam, 1980, 160, M.Com, Computer Literate Smart fair. Tamil/Marathi, Brahmin acceptable BHP. Contact Girjapurkar, 1115, Vaibhav Talkies Road, Napier Town, Jabalpur - 482001. Ph: 0761-317296.

● Iyer, Vadamal, Bharathwaja, Avittam, 23/177/ MCA/Very fair/ Software Engineer/ seeks well settled, fair Grooms/ Below 27, H. Raman, Flat 3/1, R.G.K. Nivas, 42, Bharathwajar Street, Tambaram East, Chennai 600059, Ph: 2397448

● Balija Naidu girl, 28/5'4"/BA.BEd, fair, Moolam-3, working girl. Seeks suitable graduate working groom. K.G.Ramanujam, 56/1, gold star Apats, 3rd Main Road, Kamaraj Nagar, Chennai 41. Ph: 4425756

● Alliance invited for fair Girl/21/168/BE/Vadamal, Punarpoosam, Kanva Gothiram, Iyer from professionally qualified (Engineering), well employed boys. Contact K. Sridharan, 35, 28th Street, Thillai Ganga Nagar, Chennai - 600 061. Ph: 2320609

● Vadama, Bharadwajam, Avittam, 27/152, B.Com, DCPA girl, Mars in Seven seeks graduates, Post Graduates groom in Science. Contact K.C. Santhanam, 48, Kalidass Road, Ramnagar, Coimbatore 641009.

● Graduate, well-settled boy for Iyer, Brahacharanam, Bharadwaja, Revati, 26/172 cm, B.Com, MBA(Corr), Computer Literate, Wheatish Girl Trained, domestic Chores. Contact: K.R.Venkataraman, 1, Sahara Park, 17-18, Kamgar Nagar, Pimpri, Pune 411018. Ph: 020 - 7420245.

● இந்து மருத்துவர், எம்.எஸ்.ஸி பிஎச்டி, லெக்சரர், அதே இன மணமகன் தேவை. திருமதி. G. சந்தானலட்சுமி, 6, காமராஜர் தெரு, கே.கே. நகர், மதுரை 625020.

● Iyer, Ashtasahasram, Vadhoolam, Visakam, Thulam 22 years, M.Sc(CS), seeks professionally qualified, Foreign employed groom, around 28. Subsects acceptable. Contact (04565) - 425586. D. Venkataraman, 51, Subramaniapuram First Street, North Extension, Karaikudi.

● Telugu Brahmin, Niyoki, Srivastham, Revathi, 168, 28 years, M.Com, (M.Phil. Doing), Working Dhinamalar, Chennai, slim/fair, seeks well employed Graduate boy. Send horoscope V. Murugesan, L.238. Housing Unit, Gandhigramam, Pasupathipalayam P.O, Karur 639004, Ph: 04324/342262

● Sozhiya Vellalar, Avittam, fair, 26/5'5", B.A, Fashion Technology, +3 (mptr. Dipls) undergoing M.B.A seeks P.G, Software Engineers other well employed grooms with clean habits. India/abroad. T. Thiyagarajan, "Jaya vilas", No.9/9, Warner's Compund, Woriyur, Trichy 620003. Ph:766593

● Father Iyengar, Mother Iyer, Kausika, Swathi, 23, Graduate, 5Ft, working MNC, Pune, seeks Pune/ Bombay, Iyengar/Iyer boy, well placed clean habits up to 29. Algar Vee, 15/13 Dad Complex, Pune, 411040, Ph:020-4269137

● Sozhiya Vella Pillai, Anusham, 28/162 cms, well settled Delhi based, beautiful girl seeks Groom well employed, any place, preferably Delhi. Pandurengan, A-1/61 Vijay Enclave, Dabri Palam Road, New Delhi 110045. Ph: 011-5031097

மணமகன் மணமகள் தேவை

❖ Alliance for Madhwa, Marathi, Brahmin, Bank employee widower, 49, with son aged 5, Kettai and sister spinster 45, Graduate, Avittam, both smart and young looking. Box No. 30838

Edited, Printed and published by K. Rajendran at the Bharathan Press on behalf of Bharathan Publications Private Limited. Consultant Editor : Mrs. MANJULA RAMESH
Address : 47, Jawaharlal Nehru Road, Ekkaduthangal, Chennai - 600 097
Telephones — Editorial : 2345624; Circulation Manager ; Subscription and Advertisement : 2345623; Chief Administrative Officer : 2345622; Fax: 2345621
Annual Subscription : India Rs. 190/-; Half Yearly Subscription : India Rs. 95/-;
Overseas (Air Mail) Annual: 37 U.S. Dollars, Srilanka Rs.900/-

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN / Chief PMG 143
Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP 39 * Registered as a Newspaper in Srilanka